

UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS

FACULTAD DE MEDICINA HUMANA

E.A.P DE ENFERMERIA

Actividades recreativas de los estudiantes de Enfermería de la UNMSM 2010

TESIS

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería

AUTOR

Angela Carolina Melgarejo Sánchez

ASESORA

Lic. Juana Cuba Sancho

Lima – Perú

2010

**ACTIVIDADES RECREATIVAS DE LOS
ESTUDIANTES DE ENFERMERIA
DE LA UNMSM
2010.**

AGRADECIMIENTOS

A Dios, por ser mi guía e iluminar mis pasos en la culminación satisfactoria de mi carrera profesional.

A mis padres por su incondicional apoyo durante mi formación profesional. A Pedro Zavaleta por su apoyo en la culminación de mi trabajo. A mis amigas que de alguna u otra manera me demostraron su apoyo sobre todo en los peores momentos

A la Lic. Juana Cuba por su asesoramiento, dedicación y comprensión para la realización y culminación del presente estudio.

ÍNDICE GENERAL

	Pág.
DEDICATORIA	iii
INDICE GENERAL	iv
INDICE DE GRÁFICOS	vi
RESUMEN	vii
SUMARY	ix
PRESENTACIÓN	xi
CAPITULO I: INTRODUCCIÓN	
A. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
B. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	6
C. JUSTIFICACIÓN	7
D. OBJETIVOS	8
1. Objetivo General	8
2. Objetivo Específicos	8
E. PROPÓSITO	9
F. MARCO TEÓRICO	9
1. Antecedentes	9
2. Base teórica	15
a. Necesidad Humana	15
b. Necesidad de Autocuidado	16
c. La Recreación como Necesidad Humana	17
d. Definiciones de Recreación	18
e. Componentes de la Recreación	20
f. La Recreación en el Campo de la Salud	21
g. La Recreación y Formación del Carácter	23
h. La Recreación y la Educación	24
i. Las Actividades Recreativas	26
j. Características de las Actividades Recreativas	27
k. Clasificación de Actividades Recreativas según Tomás E. Bolaño	29

I. Importancia de la Recreación en los Estudiantes de Enfermería	34
m. Caracterización del Estudiante de Enfermería	35
G. DEFINICIÓN OPERACIONAL DE TÉRMINOS	
1. Actividades Recreativas	38
2. Estudiante de Enfermería	38
CAPITULO II: MATERIAL Y MÉTODO	
A. TIPO, NIVEL Y MÉTODO DE ESTUDIO	39
B. DESCRIPCION DE SEDE DE ESTUDIO	40
C. POBLACIÓN Y/O MUESTRA	41
D. TÉCNICA E INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS	42
E. PROCESO DE RECOLECCIÓN, PROCESAMIENTO Y PRESENTACIÓN DE DATOS	43
F. PROCESO DE ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS	44
G. CONSIDERACIONES ÉTICAS	44
CAPITULO III: RESULTADOS Y DISCUSION	
A. RESULTADOS	45
B. DISCUSION	57
CAPITULO IV: CONCLUSIONES, LIMITACIONES Y RECOMENDACIONES	
A. CONCLUSIONES	60
B. LIMITACIONES	62
C. RECOMENDACIONES	62
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	
BIBLIOGRAFÍA	
ANEXOS	

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N°		Pág.
1	ACTIVIDADES RECREATIVAS QUE REALIZAN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS	46
2	ACTIVIDADES RECREATIVAS QUE PRACTICAN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS SEGÚN AÑOS DE ESTUDIO	48
3	ACTIVIDAD RECREATIVA QUE REALIZAN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS SEGÚN SEXO	51
4	ACTIVIDAD RECREATIVA COTIDIANA QUE REALIZAN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS	52
5	ACTIVIDAD RECREATIVA EXTRAORDINARIA QUE REALIZAN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS	54
6	ACTIVIDAD RECREATIVA DIRIGIDA QUE REALIZAN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS	56

RESUMEN

El presente estudio tiene como propósito conocer las actividades recreativas cotidianas, extraordinarias y dirigidas que practican los estudiantes de Enfermería, con la finalidad de alcanzar los resultados a las autoridades correspondientes para que en base a ello puedan elaborar estrategias destinadas a implementar mecanismos que permitan fomentar y desarrollar las actividades recreativas entre los estudiantes; de tal manera que mejore su calidad de vida o la construcción de estilos de vida saludables en los diferentes escenarios educativos de práctica preprofesional. El objetivo general es Identificar cuáles son las actividades recreativas que practican los estudiantes de la EAP de Enfermería de la UNMSM. El presente estudio es de nivel aplicativo, tipo cuantitativo, método descriptivo de corte transversal. La población estuvo conformada por 373 estudiantes, con una muestra de 26 estudiantes por cada año de estudio. La técnica utilizada fue la encuesta, el instrumento el cuestionario.

Los resultados fueron que el 84.6% de estudiantes de enfermería practican con mayor frecuencia actividades cotidianas, el 12.3% actividades extraordinarias y el 0.8% actividades dirigidas. Por lo que se concluye que casi el total de los estudiantes realizan actividades cotidianas que solo logran estabilizar a la persona del transcurrir

cotidiano, sin embargo no hay una ruptura profunda de ella, ni ofrece los beneficios que tienen las actividades extraordinarias y dirigidas.

PALABRAS CLAVES: Actividades Recreativas, Estudiantes de Enfermería.

SUMMARY

The present study has as intention know the recreative daily, extraordinary and directed activities that the students of Infirmary practise, with the purpose of reaching the results to the corresponding authorities in order that on the basis of it they could elaborate strategies destined to implement mechanisms that allow to promote and to develop the recreative activities between the students; in such a way that it improves his quality of life or the construction of healthy ways of life in the different educational scenes of practice preprofesional. The general aim is Identify which are the recreative activities that there practise the students of the EAP of Infirmary of the UNMSM.

The present study is of applicative level, quantitative type, descriptive method of court trasversal. The population was shaped by 373 students, with a sample of 26 students by every year of study. The used technology was the survey, the instrument the questionnaire.

The results were that 84.6% of students of infirmary practises with major frequency daily activities, 12.3% extraordinary activities and 0.8% directed activities. For what one concludes that almost the total of the students practise with major frequency the activities daily that alone manage to stabilize the person of to pass daily, nevertheless there is no

a deep break of her, nor offers the benefits that have the extraordinary and directed activities.

KEY WORDS: Recreative activities, Students of Infirmary.

PRESENTACIÓN

El presente estudio titulado “Actividades Recreativas de los Estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos”, tiene como objetivo Identificar cuáles son las actividades recreativas que practican los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, con el propósito de brindar información actualizada a las autoridades de la Institución, a la Escuela de Enfermería, y a la oficina de bienestar para que a partir de ello puedan elaborar estrategias destinadas a implementar mecanismos que permitan fomentar y desarrollar las actividades recreativas entre los estudiantes, así como también mejorar la calidad de vida o la construcción de estilos de vida saludables en los espacios de práctica profesional.

El presente trabajo consta; Capítulo I: Introducción, en el cual se presenta el planteamiento, formulación del problema, justificación, objetivos, propósito, marco teórico, antecedentes, base teórica y definición operacional de términos. Capítulo II: Material y Métodos, incluye el tipo, nivel y método de estudio, descripción del área de estudio, población y muestra, técnica e instrumento plan de recolección, procesamiento y presentación de datos, análisis e interpretación de datos y consideraciones éticas. Capítulo III:

Resultados y discusión. Capítulo IV: Conclusiones, Limitaciones y recomendaciones. Finalmente se presenta la referencia bibliográfica, bibliografía y anexos.

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

A. PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA

En el Capítulo I Derechos Fundamentales de la Persona en el Artículo 2°. Inciso 1 de la Constitución del Perú dice: *“Toda persona tiene derecho a la vida, a su identidad, a su integridad moral, psíquica y física y a su libre desarrollo y bienestar. El concebido es sujeto de derecho en todo cuanto le favorece”*⁽¹⁾. En el Inciso 22. *“A la paz, a la tranquilidad, al disfrute del tiempo libre y al descanso, así como a gozar de un ambiente equilibrado y adecuado al desarrollo de su vida”*⁽¹⁾.

Al respecto, Laura Fisher y Jorge Espejo definen la *necesidad* como la *“diferencia o discrepancia entre el estado real y el deseado”*⁽²⁾. Así mismo el psicólogo y filósofo “Abraham Maslow describió las necesidades humanas y las clasificó en una jerarquía de prioridades

tales como las necesidades fisiológicas, de seguridad, sociales, de estima y de autorrealización; en base a esto Virginia Henderson, enfermera teorizadora incorporó los principios fisiológicos y psicológicos a su concepto personal de enfermería, identificó 14 necesidades básicas en el ser humano para guiar la función de la enfermera, teniendo como una necesidad el jugar y participar en las diversas actividades recreativas” (3).

“La recreación ocupa un lugar importante en la vida moderna porque proporciona oportunidades para la satisfacción de las necesidades humanas básicas” (4), contribuyendo al campo de la salud previniendo la enfermedad, ayudando a obtener una vida sana y feliz; y de esta manera contribuir al desarrollo de la sociedad. Es por ello que en el campo de la salud mental se cultiva la recreación para la creación de un medio mentalmente sano.

Los Lineamientos de Política del Plan Nacional de Salud 2006 – 2011, como una de sus estrategias establece la *“Priorización de la Atención Primaria de la Salud, que incluye el fortalecimiento de la promoción de la salud que permitan personas, familias y comunidades saludables”* (5). Es así que la enfermera como promotora de salud debe brindar cuidado a la persona, familia y comunidad, y a la vez incluirse dentro de ese cuidado ejerciendo prácticas o actividades preventivo

promocionales al ser ella parte de la sociedad y un modelo de salud para la persona a la que brinda cuidados.

En la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, estudian un total de 373 alumnos, que llevan cursos semestrales y/o anuales, con horarios académicos recargados de lunes a viernes, en los últimos años de estudio inclusive los días sábados (como es el caso de los estudiantes de 4° y 5° Año), tanto mañanas como tardes, donde se llevan las clases teóricas, de laboratorio y de práctica, como parte de sus actividades académicas tienen que elaborar diversos trabajos como seminarios, fichas de resumen para los laboratorios, planes de cuidado funcional y didáctico, monografías, informes, planes educativos, materiales de difusión: Afiches, rotafolios, trípticos y/o dípticos entre otros. Además del factor académico, según estudios existen otros factores como los familiares, económicos, sociales y culturales que de no ser resueltos estarían afectando la integridad biopsicosocial del alumno, que se manifiesta con déficit de su atención, dificultades en la memoria y concentración, rendimiento académico bajo y una escasa productividad del alumno.

Asimismo en la currícula de enfermería existen en total 20 cursos electivos divididos en 5 áreas, que son: Idioma, Gestión

empresarial, Informática, Arte y Psicofísica; siendo el área de arte la que incorpora asignaturas en las que se realizan actividades recreativas como Teatro, Oratoria, Danzas y Música del Perú; así como también el área de psicofísica incorpora actividades recreativas como la Gimnasia y Biodanza; sin embargo, en los últimos años no se han desarrollado ninguna de estas 2 áreas, tampoco la de informática, priorizando sólo las áreas de idioma y de gestión empresarial.

Actualmente la Unidad de Asesoramiento y Orientación al estudiante, encargada de programar actividades recreativas a los estudiantes en la facultad de Medicina, sólo tiene actividades recreativas como fútbol y voley practicadas voluntariamente en la canchita de la facultad; dado que todos los diferentes años de las cinco escuelas de la facultad no tienen los mismos horarios, facilitando recursos materiales para la realización de estas como pelotas. Al respecto la jefa de la Unidad de Asesoramiento y Orientación al estudiante, manifiesta “su preocupación por la poca predisposición de los estudiantes a realizar estos deportes, en especial algunas escuelas”, y al realizar un seguimiento a través del registro de usuarios por Escuela Académica Profesional a la que pertenece el estudiante que solicita la canchita, llega a la conclusión de que las escuelas que menos solicitan la canchita para jugar fútbol o voley son las escuelas de Farmacia, Enfermería y Obstetricia.

Por lo expuesto anteriormente, el estudiante universitario no está exento de la participación en las actividades recreativas para el cumplimiento de sus necesidades básicas, al respecto el doctor William C. Meninger considera que “la actividad creadora puede ser un preventivo valioso de la enfermedad mental y emocional” ; sin embargo al interactuar con algunos estudiantes ellos manifestaron lo siguiente: “yo escucho música por 15 minutos de vez en cuando”, “.... no me alcanza el tiempo por las tareas...pero a veces juego voley una vez a la semana”, “... yo escucho música 3 veces por semana aproximadamente o a veces prefiero dormir”, “veo televisión, navego por Internet, y escucho música 2 días a la semana”, “...no tengo tiempo porque se me juntan trabajos, parciales y otros”, “ ...no tengo tiempo para la recreación porque trabajo los domingos”, entre otras expresiones.

Está demostrado que la falta de actividades recreativas genera que la persona acumule energías negativas que pueda llevarla al estrés generando desmotivación, ausentismo, repetición y por consiguiente a la deserción su carrera profesional; según el reporte estadístico realizado por el departamento de psicología los problemas de salud que enfrenta el estudiante de enfermería son de ansiedad y depresión (leve a moderados). Al respecto Nancy Serón Cabezas en la

investigación titulada: *“Relación que existe entre factores estresantes y rendimiento académico de los estudiantes de enfermería de la UNMSM”*, recomienda que es necesario incrementar programas de bienestar con el fin de satisfacer necesidades de recreación del estudiante universitario que favorezcan el equilibrio de su estado emocional” ⁽⁶⁾.

Frente a lo anteriormente expuesto se plantean las siguientes interrogantes: ¿Es fundamental la recreación en la vida del estudiante universitario?, ¿Qué importancia le conceden los estudiantes a las actividades de recreación? y ¿Cuáles son las actividades recreativas que practican las estudiantes? Creemos que la última interrogante es la más importante por que brindará información para tomar medidas correctivas pertinentes que permitan mejorar o facilitar las actividades recreativas en el estudiante.

B. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

Por lo expuesto anteriormente surge la siguiente interrogante de investigación:

¿Cuáles son las actividades recreativas que realizan los estudiantes de Enfermería de la UNMSM en el año 2010?

C. JUSTIFICACIÓN

El estudiante de Enfermería como futuro profesional de la salud debe de desarrollarse holísticamente y cuidar su salud planificando sus actividades recreativas para satisfacer sus necesidades de orden biopsicosocial, previniendo enfermedades. Teniendo en cuenta la valoración del cuidado de sí; es decir generar bienestar en uno mismo, para mañana generar bienestar y cuidar del otro, brindando un cuidado de calidad. Al respecto el profesor Mexicano Alberto Gómez Juárez manifiesta “las actividades recreativas posibilitan el desarrollo integral, la solidaridad, los valores humanos, la identidad individual, la identidad social y la manifestación del ser”. La recreación aparte del componente lúdico permite el desarrollo físico, la formación moral, la creatividad, la personalidad, la sana relación con las personas, además de su beneficio psicomotor dichos componentes contribuirán en la formación del futuro enfermero; además este trabajo aborda un problema sentido por el estudiante que podría estar afectando en su desarrollo integral; es por ello que se debe conocer cuáles son las actividades recreativas en las que participa el estudiante de enfermería e identificar algunas áreas críticas, para que a partir de este diagnóstico se pueda establecer estrategias referidas a este aspecto recreacional que permitan fomentar estas actividades entre los estudiantes. Otro aspecto que es conveniente resaltar es que es un tema poco estudiado.

D. OBJETIVO

1. OBJETIVOS GENERALES

- ✓ Determinar las actividades recreativas que realizan los estudiantes de la EAP de Enfermería de la UNMSM.

2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Identificar las Actividades Recreativas que realizan los estudiantes de Enfermería según años de estudio y sexo.
- ✓ Identificar la Actividad Recreativa Cotidiana que realizan los Estudiantes de Enfermería de la UNMSM.
- ✓ Identificar la Actividad Recreativa Extraordinaria que realizan los Estudiantes de Enfermería de la UNMSM.
- ✓ Identificar la Actividad Recreativa Dirigida que realizan los Estudiantes de Enfermería de la UNMSM.

E. PROPÓSITO

Los resultados del presente estudio están orientados a brindar información actualizada a las autoridades de la Institución, a la Escuela de Enfermería, y específicamente a la oficina de bienestar de la facultad para que a partir de ello puedan elaborar estrategias destinadas a implementar mecanismos que permitan fomentar y desarrollar las actividades recreativas entre los estudiantes, que de tal manera mejore su calidad de vida o la construcción de estilos de vida saludables en los diferentes escenarios de aprendizaje.

F. MARCO TEÓRICO

1. ANTECEDENTES

Luego de haber realizado la revisión de antecedentes del estudio se ha encontrado algunos estudios relacionados. Así tenemos que:

- Margrid Beuter, Neide Aparecida Titonelli, Sadjá Cristina Tassinari, Brasil. 2005, realizaron un estudio de investigación titulado “La recreación en la vida de los académicos en enfermería en el contexto del cuidado de sí para con el cuidado del otro”. El objetivo fue identificar las actividades recreativas de las alumnas del curso

de graduación de enfermería. El método utilizado fue el cuantitativo, de carácter descriptivo exploratorio, la población estaba constituida por académicos de primer y octavo semestre del curso de graduación de enfermería de la Universidad Federal de Santa María, con un total de 53 participantes, la muestra fue escogida aleatoriamente conforme el semestre cursado durante el año 2001. El instrumento utilizado fue un cuestionario semi-estructurado con preguntas abiertas. El cual tuvo las siguientes conclusiones entre otras:

“A pesar de que las áreas de interés de recreación fueron la artística, social e intelectual resultaron más significativas en la vida de los académicos de enfermería, participantes de este estudio, se percibe que estas actividades son parte de su vida cotidiana, que puede contribuir como componente importante lúdico en formación del futuro enfermero. La recreación como componente lúdico ciertamente causará profundas reflexiones en su vida profesional, en su práctica cotidiana del cuidado de enfermería, que se desea más humanizado. Se entiende por tanto, que los académicos de hoy poseen elementos de valoración del cuidado para sí, para mañana cuidar de otro. Esto porque las enfermeras llevan para el espacio del cuidado un conjunto de creencias, valores, visiones de mundos construidos y reconstruidos en sus vidas cotidianas”⁽⁷⁾.

- Grisell Bolívar, Rubén Maduro y Hugo García en Maracay, Venezuela 2005, realizaron un estudio de investigación sobre “Preferencias recreativas de los estudiantes de matemática y física de la UPEL – Maracay”. El objetivo fue analizar las preferencias

recreativas de los estudiantes de las especialidades física y matemática. El método fue exploratorio de carácter descriptivo, la población está representada por 660 estudiantes, distribuidos en 370 para la especialidad de matemática y 290 para la especialidad de física, la muestra quedó conformada por el 10% de la población, es decir 66 estudiantes que fueron seleccionados mediante un muestreo aleatorio simple sin reemplazo. Se utilizó como técnica de recolección de datos la encuesta y como instrumento, el cuestionario. Las conclusiones a las que llegó la investigación fueron entre otras:

“Se concluye que en los estudiantes de la especialidad de matemática y física de la UPEL – Maracay hubo coincidencias en las preferencias recreativas en cuanto a: actividades deportivas recreativas, actividades sociales recreativas, seguidamente de actividades musicales y culturales. Los estudiantes manifiestan no tener preferencias por las actividades al aire libre; se puede asumir la no preferencia por la falta de motivación de los profesores a la participación o por la escasa o ninguna planificación y promoción de estas actividades por parte del ente oficial. Es importante señalar que un escaso porcentaje de estudiantes participa en actividades en los juegos de azar, lo que coadyuva a la buena utilización del tiempo libre. Con respecto a la participación de los estudiantes de ambas especialidades en las actividades recreativas afirman estar dispuestos a participar en actividades recreativas los fines de semana”⁽⁸⁾.

- En el año 2006 en Chile, Marta Lemp Paredes y Verónica Behn Theune, realizaron un estudio de investigación sobre “Utilización del tiempo libre de estudiantes del área de salud de la institución

educacional Santo Tomas, Talca”, cuyo objetivo fue analizar el uso del tiempo libre y su relación con características de los estudiantes de las carreras de Kinesiología, Enfermería, Técnico en Enfermería de Nivel Superior y Laboratorista Dental, de la casa de estudios superiores Santo Tomás, Talca. El estudio fue de tipo descriptivo transversal y correlacional, la población estuvo conformada por el total de estudiantes matriculados en el año 2006, correspondiente a 722 alumnos, la muestra representada por 494 estudiantes asistentes en un determinado día a clases. Se utilizó como técnica de recolección de datos la encuesta. En el cual se tuvo como principal conclusión que:

“Las actividades sedentarias como ver TV y dormir son las más frecuentemente realizadas por los estudiantes en su tiempo libre. En general los hombres disponen de más tiempo libre que las mujeres, los alumnos más bebedores tienen más tiempo libre que el resto. Los estudiantes de las carreras universitarias dedican más tiempo al estudio que los de las carreras técnicas, estos últimos dedican más tiempo al trabajo remunerado”⁽⁹⁾.

- En el año 2006 en Brasil, Carla Monteneiro y Ana Mancussi realizaron el estudio titulado “Actividad física según la percepción de estudiantes de Enfermería” teniendo como objetivo conocer la percepción del alumno de graduación en enfermería sobre la practica de la actividad física para mantener la salud y el bienestar.

El tipo de estudio fue exploratorio y descriptivo, con enfoque cuantitativo. La muestra conformada por 122 alumnos de los 352 regularmente matriculados. Se utilizó como técnica de recolección de datos la encuesta y como instrumento el cuestionario. Teniendo como conclusión entre otras:

“En relación a la práctica de actividad física realizada por los alumnos 80.85% de las respuestas indicaron la práctica en modalidad individual; el 53.95% relataron sentirse indispuesto y el 18.24% culpados por el sedentarismo; el 42.86% sufrieron algún tipo de lesión y 27.94% acreditan que respetar los propios límites y los estiramientos son necesarios para la prevención de lesión músculo- esquelética”⁽¹⁰⁾.

- En el año 2004, en Colombia, Jairo Alejandro Fernández y Efraín Serna realizaron el estudio “Uso del tiempo extraescolar en los escolares Bogotanos” cuyo objetivo fue determinar el uso del tiempo extraescolar en los estudiantes bogotanos. El tipo de estudio fue descriptivo bajo la modalidad de estudio caso. La población conformada por escolares de 8 a 20 años de tres instituciones públicas del distrito capital. Se utilizó como técnica de recolección de datos la encuesta. Las conclusiones a las que llegó la investigación fueron entre otras:

“las calles y los parques son los espacios de preferencia o únicos lugares posible donde nuestros escolares hacen uso del tiempo libre y el ocio. Escenarios inermes

desprovistos de cualquier acción educativa y por el contrario plagado de situaciones de riesgo que comprometen su integridad”⁽¹¹⁾.

- En el año 2003, en Perú, Alberto Perales, Cecilia Sogi y Ricardo Morales realizaron un estudio titulado “Estudio comparativo de salud mental en estudiantes de medicina de dos universidades estatales peruanas”, cuyo objetivo fue describir y comparar el estado de salud mental en estudiantes de medicina de dos universidades estatales peruanas. El tipo de estudio fue comparativo. La población estuvo integrada por el total de alumnos matriculados en 1997 en la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos; y el total de alumnos matriculados en la Universidad Nacional de Trujillo en 1998. Como técnica de recolección de datos se utilizó la Encuesta, como instrumento el cuestionario de Salud Mental Abreviada y de autoadministración. Las conclusiones a las que se llegó fueron:

“El término disocial describe un comportamiento que quiebra las normas establecidas por todo un grupo sociocultural. La frecuencia de aquellos alumnos que respondieron haber presentado tres o más de tales conductas fue 17,0% en la UNMSM y 13,0% en la UNT. La religión también desempeña un papel de soporte sociocultural que se utiliza como mecanismo inespecífico para hacer frente al estrés. En nuestro estudio, por el contrario, aproximadamente un tercio de ambas poblaciones informó no vivenciar la religión como mecanismo de apoyo. Salir de casa a distraerse,

individualmente o en grupo, constituye una conducta esperada en este grupo de edad. Llama la atención, por ello, que uno de cada cuatro estudiantes informó que casi nunca lo hace. Los porcentajes globales de los que así contestaron fueron: 26,3% (UNMSM) y 24% (UNT). Finalmente, preocupa el escaso tiempo del que disponen los estudiantes para realizar actividades recreativas saludables, sólo lo hace uno de cada cuatro estudiantes. Este factor dificulta el drenaje normal de tensiones”⁽¹²⁾.

Es conveniente precisar que no se han realizado muchos trabajos de investigación sobre este tema, por lo que se ha creído conveniente realizar el presente estudio.

2. BASE TEÓRICA

a. NECESIDAD HUMANA

En 1968, Maslow formula en su teoría una jerarquía de necesidades humanas propuso una ordenación jerárquica de los motivos, conocida como la pirámide motivacional de Maslow. Para él la persona tiene la capacidad inherente de autorealizarse, y éste crecimiento personal gobierna y organiza todas las demás necesidades. Las necesidades humanas siguen para Maslow un orden concreto; primero están las fisiológicas (como la regulación de la temperatura corporal, el hambre, la sed y todo lo que conlleva la supervivencia del organismo), luego la necesidad de seguridad

(protección), la de afiliación (afecto y pertenencia a un grupo), la de autoestima y finalmente la de autorrealización.

Para Maslow las necesidades situadas en estratos inferiores o niveles más bajos de la pirámide están relacionadas con la supervivencia del individuo, son las primeras que aparecen y las que poseen mayor fuerza, ya que si no se satisfacen el organismo puede morir. Esta jerarquía impone que para satisfacer una necesidad de un nivel superior, primero se debe satisfacer una necesidad inferior previa, ya que de no hacerlo genera angustia o tensión. Finalmente, a medida que ascendemos en la pirámide, nuestras necesidades cambian de objetivo y pasan de ser necesidades de falta o privación a ser necesidades de crecimiento o autorrealización, creando una sensación de bienestar. Es por ello que la clasificación de Maslow es utilizada para diseñar y orientar la prestación de cuidados en enfermería para el planeamiento de sus cuidados a sus pacientes ⁽¹³⁾.

b. NECESIDAD DE AUTOCUIDADO

Dorothea E. Orem en su Teoría del Autocuidado explica el concepto de autocuidado como una contribución constante del individuo a su propia existencia: "El autocuidado es una actividad aprendida por los individuos, orientada hacia un objetivo. Es una

conducta que existe en situaciones concretas de la vida, dirigida por las personas sobre sí mismas, hacia los demás o hacia el entorno, para regular los factores que afectan a su propio desarrollo y funcionamiento en beneficio de su vida, salud o bienestar". Asimismo describió el autocuidado como una necesidad humana y la enfermería como un servicio. Resalto la particular atención que han de prestar las enfermeras a la necesidad que muestran las personas de un autocuidado continuado para prolongar la vida y la salud o para recuperarse de lesiones y enfermedades ⁽¹³⁾.

c. LA RECREACIÓN COMO NECESIDAD HUMANA

La recreación no es una cosa estática y tangible sino una fuerza vital que influye en la vida de la gente. Es esencial para la satisfacción de la vida y la felicidad. Pues la felicidad es esencialmente un subproducto y el mejor modo de hallarla es una vida equilibrada; la recreación juega un papel muy importante, sin ella la vida sería triste e incompleta.

Mediante las actividades recreativas el individuo crece y se desarrolla de manera integral y a su vez la sociedad; por eso es considerada, un asunto de público interés que las oportunidades de recreación estén al alcance de todos.

d. DEFINICIONES DE RECREACIÓN

Según **GEORGE Y ACHILLES THEODORSON** es definida como *“Una actividad no laboral que se realiza por placer, las actividades recreativas están con frecuencia estructuradas cultural y socialmente; y en una cultura la gente tienden a adoptar actividades recreativas similares. Las actividades definidas como recreativa proveen situaciones con facilidad, que dan sensaciones inmediatas, para que la gente descanse. Los juegos son unos dispositivos estructurados para definir una situación como un tiempo para descansar del trabajo normal, de la seriedad y la responsabilidad de la rutina”*⁽¹⁴⁾.

Según **ALFONSO LONDOÑO** define la recreación como : *“Es la diversión, el esparcimiento que una persona realiza fuera de sus ocupaciones profesionales o de trabajo de cada día, con ánimos de recuperar fuerzas o con el deseo de hacer algo diferente de su trabajo, informarse y servir a otras personas. Tiene el sentido liberador del trabajo y de descanso mismo”*⁽¹⁴⁾.

Según **EZEQUIEL ANDER EGG** la recreación es la *“Acción de divertir, alegrar, deleitar. Tarea o campo específico que constituye una*

modalidad de trabajo social y de animación sociocultural, con el fin de suministrar actividades de distracción saludables y educativas”⁽¹⁴⁾.

Según el decreto del **ESTADO DE CALIFORNIA – USA** define como recreación: *“Cualquier actividad a la que uno se entrega voluntariamente, que contribuye al desarrollo físico y mental del individuo o grupo participante, incluyendo cualquier actividad en los campos de la música, el drama, la artesanía, la ciencia, la literatura, el estudio de la naturaleza, los deportes y cualquier tipo de juego que incorpore cualquiera de las actividades nombradas”⁽¹⁴⁾.*

Según **LA LEY DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN DEL PERÚ** *“la recreación es la realización práctica de actividades durante el tiempo libre, descanso, diversión y participación social voluntaria, permitiendo el desarrollo de la persona a través de actividades deportivas, socioculturales y al aire libre”⁽¹⁴⁾.*

Según **GEORGE BÜTLER** *“En cuanto a actividad, la recreación puede ser considerada como una de esas actividades que no se realizan conscientemente con el fin de obtener alguna recompensa a parte de sí mismas, que se practican habitualmente en horas libres, que ofrecen al hombre unas salidas para sus posibilidades físicas, mentales o creadoras, y a las que uno se dedica por un deseo exterior*

y no por compulsión externa. La actividad se convierte en esparcimiento para el individuo”⁽⁴⁾.

En esta investigación la conceptualización de recreación que se está utilizando es el que lo define como “Las actividades de diversión, esparcimiento, deleite y de placer que se practican en horas libres o tiempo libre, de manera voluntaria, con el fin de contribuir al desarrollo físico, mental y social de las personas”.

e. COMPONENTES DE LA RECREACIÓN

Cada vez que hablamos de recreación aparecen algunos componentes de ella, como son el tiempo libre, el ocio y la diversión, para familiarizarnos con los términos veremos sus significados, semejanzas, diferencias y relación con el tema.

- Tiempo libre

Es el tiempo que queda después de cumplir con las obligaciones laborales, sociales, de estudio, familiares o fisiológicas. Es decir, es un tiempo personal, individual, en el que las personas desarrollan actividades de libre elección⁽¹⁵⁾.

- Ocio

El ocio es lo que se realiza en el tiempo libre. El tiempo libre independiente donde la persona realiza actividades que le proporcionan un sentimiento de libertad y descanso. El ocio desarrolla el ser recreativo y recupera las capacidades vitales y productivas del individuo⁽¹⁵⁾.

- Diversión

Es una acción que se realiza con el fin de alejarse de las actividades cotidianas y proporciona alegría. Integrando los anteriores componentes, la recreación se realiza en cualquier tiempo y lugar, es divertida y posibilita el ocio creativo⁽¹⁵⁾.

f. LA RECREACIÓN EN EL CAMPO DE LA SALUD

En el campo de la salud entendemos por promoción de la salud a la acción de proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma. Para alcanzar un estado adecuado de bienestar físico, mental y social un individuo o grupo debe ser capaz de identificar y realizar sus aspiraciones, de satisfacer sus necesidades y de cambiar o adaptarse al medio ambiente. Se trata por tanto de un concepto positivo que

acentúa los recursos sociales y personales así como las aptitudes físicas.

Así mismo se sabe que la participación en formas sanas de recreo contribuyen al bienestar físico del individuo ya que producen un aumento de circulación, mayor actividad respiratoria, mejor eliminación de los residuos y mejor digestión. El recreo vigoroso, que se realiza al aire libre y utiliza los músculos fundamentales es el mejor modo de desarrollar y mantener los órganos sanos. En algunas formas contribuye a la estabilidad emocional al proporcionar descanso, aflojamiento y actividad creadora, y en otras tonifica el cuerpo mediante la sana estimulación de los centros nerviosos; sin embargo su mayor contribución al campo de la salud reside en su valor de prevención de la enfermedad al ayudar a obtener una vida sana y feliz, en cierta manera, también contribuye al sostenimiento y mantenimiento de la calidad de vida.

En el campo de la salud mental se afirma que el cultivo de la recreación y de otros recursos que satisfagan las necesidades de las horas libres son de importancia primordial para la creación de un medio mentalmente sano. El doctor William C. Meninger de la mundialmente famosa Fundación Menninger, al comentar “las experiencias felices del uso de la recreación como medio complementario de tratamiento ha dicho: *“El recreo no solo ha desempeñado una parte importante en el*

programa de tratamiento de los enfermos mentales, sino que ha sido un factor considerable para mantener la mejoría de los antiguos pacientes. Por lo tanto los psiquiatras creen que la actividad creadora puede ser un preventivo valioso de la enfermedad mental y emocional”

(4).

g. LA RECREACIÓN Y FORMACIÓN DEL CARÁCTER

Con respecto a la formación del carácter la actividad recreativa como muchas otras formas de acción social o individual, puede ser constructiva o destructiva. Presenta iguales oportunidades para la mentira o la verdad, el engaño o la honradez, la crueldad o la bondad, así como todos los demás vicios y virtudes de la vida. Muchas formas de recreación, especialmente las actividades de naturaleza altamente competitiva, tienden a conformar las actitudes y el proceder de los participantes. El recreo no solo desarrolla las cualidades individuales, sino que tiene gran influencia en el desarrollo de actitudes sociales que afectan al individuo como miembro de su grupo. En el recreo hay repetida oportunidad de expresión de los ideales deportivos o de su violación. Como esto es así, la manera en que se lo dirige tiene importancia primordial. Cuando los directores son íntegros y hábiles, la gente puede aprender el respeto a las reglas, el juego limpio, el valor y la habilidad, subordinando los intereses egoístas del individuo al

bienestar del grupo y a la capacidad de juego del equipo. Se fomentan también las cualidades cívicas que suponen la actitud del individuo hacia la sociedad organizada, porque las formas de recreo en especial los juegos en equipo, el teatro y la música requieren cooperación, lealtad y compañerismo. Mediante ellos los niños como los adultos, pueden aprender a reconocer los derechos de los demás y a descubrir el sentido de la libertad a través de la acción cooperativa. El recreo ha sido caracterizado como una fuerza de tremendas consecuencias para el carácter personal y la cultura nacional; sin embargo, el desarrollo del carácter no es un objetivo específicamente buscado por las personas dedicadas a las actividades recreativas: puede ser un subproducto natural de dicha participación ⁽⁴⁾.

h. LA RECREACIÓN Y LA EDUCACIÓN

En la educación generalmente, los objetivos, métodos y programas de educación y recreo son similares, no idénticos. El pleno desarrollo del individuo se busca en los dos. Sin embargo existen algunas diferencias tales como en el caso del recreo, éste proporciona satisfacciones inmediatas, mientras que la educación tiene una meta más distante. El elemento de compulsión está presente en algunos aspectos de la educación; que, en cambio, falta en las experiencias recreativas. Muchas actividades, como los deportes, la música, el

teatro o la pintura, son comunes a ambos programas, en cambio la educación representan disciplinas en las cuales se requiere habilidad, entendimiento, sensibilidad y en los programas recreativos las actividades sirven principalmente como medio de usar y disfrutar capacidades e intereses ya adquiridos. Finalmente podemos aseverar que el desarrollo educacional es un aparte de toda experiencia recreativa satisfactoria.

Al declarar que la preparación para el uso adecuado de las horas libres, era uno de los siete objetivos de la educación, la Asociación Nacional de Educación destaco la importancia del recreo y la necesidad de preparar a los jóvenes para usarlo inteligentemente ⁽⁴⁾. Un aspecto que debería tomarse en cuenta en nuestro país.

Según la Sociología del Ocio diseñada por Joffre Dumazedier y otros relevantes sociólogos franceses a partir de 1950, si el sistema educativo se modernizara lo recreativo dejaría de ser territorio exclusivo del tiempo libre para incorporarse a todo el tiempo real. Todo aquello que fuese entretenido, cualquiera sea el ámbito donde se desarrollase, sería creativo. Este basamento teórico se afirma que el tiempo de ocio debe dedicarse al descanso, la diversión y el desarrollo de la personalidad, las "3D". Y también dice que es necesario el descanso para compensar el cansancio generado por la jornada laboral

o estudiantil; la diversión como necesidad frente al aburrimiento; el desarrollo de la personalidad como contrapartida a la creciente maquinización y alienación cotidiana. En realidad, este tiempo ocioso representa un conjunto de “contrafunciones” que solo intenta compensar, arreglar, solucionar, reequilibrar, los emergentes negativos que se generan en la sociedad industrialista y alienante⁽¹⁶⁾.

La recreación la componen un sin número de actividades, que pueden ser consideradas como recreativas según sea la percepción que el practicante tenga de ellas. En la mayoría de casos se consideran actividades recreativas a todas aquellas que se tienden a realizar durante el tiempo libre donde no es percibido como un acto laboral.

i. LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS

Desde el punto de vista conceptual cualquier tipo de actividad, puede ser considerada como recreativa, toda vez que el individuo las perciba como tales y se dedique a ellas de manera voluntaria y libremente, adquiera las sensaciones de agrado y placer que le provoca⁽¹⁴⁾.

Las distintas e infinitas actividades de recreación se identifican de diversas maneras: Como actividades de recreo cotidiano, actividades de recreo extraordinario y actividades recreativas organizadas o dirigidas; estas tres categorías ayudan a entender que la recreación en cuanto a fenómeno la compone una gama de posibilidades.

j. CARÁCTERÍSTICAS DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS

- *Son Autotélicas:*

Es decir el fin de la actividad recreativa se destina al provecho del mismo participante y ejecutor de la actividad, y no es el propósito de la recreación obtener beneficios para terceros ⁽¹⁷⁾.

- *Son Apropiativas:*

Caracteriza a las actividades de recreación como una acción que si bien no tienen una finalidad extrínseca, produce adquisición de un producto o de un bienestar que el individuo no desprecia y que las conserva, como fruto del acto recreativo mismo ⁽¹⁷⁾.

- *Son de Descanso:*

La estructura de las actividades posee una cierta facilidad que proporciona una sensación de relajamiento y de descanso ⁽¹⁷⁾.

- Son Creativas:

Las acciones que la recreación *propicia, estimula al individuo a producir o generar nuevas realizaciones* ⁽¹⁷⁾.

- Forman la personalidad Psicosocial:

Las actividades producen efectos que permiten el desarrollo de la personalidad del individuo y su sana relación con los demás ⁽¹⁷⁾.

- Liberan la Espontaneidad:

En el mismo sentido de la anterior característica, la recreación tiene entre sus efectos, la desinhibición y la expresión libre de las emociones en la sociedad. Alienta a los individuos a desinhibirse y expresar sus sentidos frente a los demás ⁽¹⁷⁾.

- Son Psicomotoras:

Es decir estimulan el movimiento físico y producen con el efecto el desarrollo psicomotor del participante ⁽¹⁷⁾.

k. CLASIFICACIÓN DE ACTIVIDADES RECREATIVAS SEGÚN TOMÁS E. BOLAÑO

■ Actividades Recreativas Cotidianas

El recreo como parte del comportamiento humano, no se da por fuera de la vida común y corriente, él se produce integrado a la vida ordinaria de la persona y del pueblo. Es así entonces que a lo largo del transcurrir del tiempo y de la vida, el hombre realiza actividades que lo recuperan del mismo transcurrir cotidiano sin distanciarlo completamente de dicha transcendencia. En el marco de la vida cotidiana. El hombre:

- Escribe en cualquiera de sus formas donde siente placer y goce como llenar pupiletras, crucigramas, escribir poemas, etc.
- Canta, silba o tararea una canción mientras realiza sus acciones cotidianas, que la vida le exige.
- Conversa con sus familiares o compañeros de trabajo, al tiempo que realiza sus actuaciones laborales.
- Reza sus oraciones como una manera de ofrecer el trabajo a su Dios, cualquiera que sea la religión
- Dibuja para expresar su cosmovisión del mundo, sus fantasías, temores y esperanzas.

- Pinta cuadros, dibujos, etc.
- Imagina o piensa en cosas agradables que desea que sucedan.
- Conversa con sus amigos, familiares, etc. durante sus horas libres.
- Hace el amor
- Escucha música
- Lee revistas, periódicos, magazines, libros, obras, pero no como parte de un programa de capacitación.
- Ve programas de televisión
- Consume productos del supermercado, tiendas comerciales, restaurantes, pastelerías para salir a relajarse después de sus labores.
- Reposa o duerme en su tiempo libre.
- Pasea con amigos, familiares a cualquier sitio como modo de esparcimiento.
- Corre por la manzana de su casa a modo de distracción.
- Compite o asiste a competencias deportivas con sus compañeros, de trabajo, amigos, vecinos.
- Baila en su cuarto y/o casa para distraerse de la rutina.

■ Actividades Recreativas Extraordinarias

Son las que establecen una ruptura con la vida cotidiana e irrumpen en ella de cierta manera, que hacen modificar los comportamientos habituales, es entonces cuando el hombre actúa de manera diferente a como actúa en su transcurrir diario. De cierta manera compensan al hombre en contra de la seriedad y de la responsabilidad de la vida, lo regenera; lo recupera y lo recrea, cuando le recrea el significado de vida misma. Tales como:

- Fiesta (Reuniones para salir bailar)
- Deporte (Práctica de deportes o asistir a coliseos, estadios para ver una competencia)
- Arte (Práctica de actividades artísticas)
- Ciencia (Asistencia a eventos cuyos temas son de interés)
- Celebraciones sociales (conciertos)
- Turismo (viaje a diferentes lugares para relajarse)

RECREO COTIDIANO	RECREO EXTRAORDINARIO
Escribir Silbar/cantar Conversar Rezar Dibujar Pintar Imaginar Hacer el amor Escuchar Leer Observar Consumir Dormir Pasear Correr Competir Bailar	Fiesta Juego Deporte Arte Ciencia Celebraciones sociales Turismo
VALORES FÍSICOS – TERAPÉUTICOS – EDUCATIVOS – ESTÉTICOS	

Debemos tener presente que tanto las actividades recreativas cotidianas como las actividades recreativas extraordinarias cumplen con desarrollar un conjunto de valores tales como físicos, terapéuticos, educativos y estéticos.

Mientras las primeras son actos espontáneos individuales o colectivos, que se realizan en el marco de la cotidianeidad, sin establecer una ruptura profunda con ella; las segundas son preferencialmente colectivas y establecen una ruptura profunda con la vida cotidiana, se separan de ella y retornan a ella, después de un distanciamiento relativo. Es desde este tipo de actividades que se hacen ciertas referencias de valor, cuando se le asigna funciones de beneficio físico (valor físico), de beneficio curativo (valores terapéuticos), beneficios de enseñanza y aprendizaje (valores educativos) y beneficio de la formación moral (valores éticos) ⁽¹⁴⁾.

■ Actividades Recreativas Dirigidas

Este tipo de recreación se caracteriza porque se hace cada vez más específica, toda vez que las organiza y las propone en el marco de una programación dirigida.

En esta investigación tomaremos la taxonomía de actividades recreativas dirigidas por Bolaño, según el tipo de naturaleza de la actividad cuya configuración es:

- Juego (lúdica participativa)
- Ecológica (relación con la naturaleza)
- Deportiva (competencia deportiva)
- Artesanal (arte manual primitivo)
- Artística (arte con técnica especializada)
- Turística (paseo a otro lugar fuera del sitio de vivienda)
- Religiosa (significado de la relación con Dios y el contenido de la religión)

I. IMPORTANCIA DE LA RECREACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA

A partir de 1950, En la Sociología del Ocio diseñada por Joffré Dumazedier y otros relevantes sociólogos franceses se afirma que el tiempo de Ocio debe dedicarse al descanso, la diversión y el desarrollo de la personalidad, las “3D” .Y dice más: es necesario el descanso para compensar el cansancio generado por la jornada laboral o estudiantil; la diversión como necesidad frente al aburrimiento; el desarrollo de la personalidad como contrapartida a la creciente maquinización y alineación cotidiana.

En 1955, Virginia Henderson, enfermera teorizadora, formuló una definición de la función propia de enfermería. En su definición son básicas varias presunciones sobre lo que un individuo necesita concretamente: a) mantener el equilibrio psicológico y emocional, b). ayuda para conseguir salud e independencia o una muerte tranquila y c) fuerza, voluntad o conocimientos suficientes para obtener o mantener la salud. Estas necesidades orientan el papel o rol de la enfermera que tiene como prioridad ayudar a las personas a conseguir la independencia para cubrir las 14 necesidades que son fundamentales, considerando como una necesidad el jugar y participar en las diversas actividades recreativas porque permiten mejorar el bienestar biopsicosocial del ser humano ⁽¹³⁾.

m. CARACTERIZACIÓN DEL ESTUDIANTE DE ENFERMERÍA

En el año 2010 se tiene como reporte de matriculados un total de 373 estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos de los cuales el 93% son mujeres y el 7% son varones y de acuerdo con al plan de estudios vigente el estudiante debe abarcar en primer año 29 horas académicas, en segundo año 35 horas, en tercer año 40 horas, en cuarto año 39 horas y en quinto año 42 horas a la semana; y a pesar de ello algunos estudiantes tienen que trabajar, organizarse para realizar trabajos para presentación, hacer

uso de los servicios de Internet en telemática porque no todos cuentan con este servicio en sus casas y acudir a la biblioteca según los horarios establecidos por la universidad.

Según reporte estadístico los problemas de salud que enfrenta el estudiante de enfermería en el departamento de psicología son ansiedad y depresión (leve a moderados).

De acuerdo al plan curricular del profesional de Enfermería el estudiante tiene una formación integral basada en principios científicos, humanísticos y tecnológicos que lo capacitan para brindar un cuidado de enfermería integral y de alta calidad a la persona, familia y grupos poblacionales, en cualquier etapa del ciclo vital y fase del proceso salud - enfermedad en que se encuentren, participa con los miembros del equipo de salud y de otros sectores apoyando la solución de la problemática sanitaria y el mejoramiento de la calidad de vida de la población, contribuyendo al desarrollo nacional. A su vez está capacitado para ejercer la docencia en enfermería en los niveles iniciales, administrar Servicios de Enfermería y ejecutar investigaciones en el área de Enfermería así como de otras áreas afines al campo de la salud.

Entre su aptitudes encontramos la capacidad analítica, crítica, reflexiva, emprendedora, de observación, argumentativa, persuasiva; imaginación creativa, habilidad para solucionar problemas, valores

ético-morales, vocación de servicio y sensibilidad humana; visión empresarial, sentido de organización, liderazgo, inteligencia social, equilibrio emocional, destreza y coordinación psicomotriz.

Tiene por funciones:

- Brindar cuidado integrales de enfermería a la persona, familia y comunidad
- Participa en la programación, ejecución y evaluación de las acciones de salud conjuntamente con el equipo de salud.
- Administra los servicios de Enfermería hospitalarios, periféricos, y privados.
- Capacita recursos humanos en salud para contribuir a la ampliación de la cobertura de salud.
- Participa en la formación del personal profesional de pregrado y no profesional de su área.
- Realiza estudios de investigación en Enfermería y participa en estudios multidisciplinarios.
- Asume compromiso en la solución de la problemática de salud del país y la profesión.
- Asume compromiso con su desarrollo personal y profesional.
- Asume compromiso con los fines de la universidad.
- Demuestra en su actuar personal y profesional principios éticos y deontológicos.

G. DEFINICIÓN OPERACIONAL DE TÉRMINOS

1. Actividades Recreativas

Es el conjunto de acciones que refieren realizar los estudiantes de enfermería y cumplen con la característica de hacerse de manera voluntaria y libremente, provocando sensación de agrado y placer. Se han considerado como actividades recreativas a las actividades cotidianas, que son aquellas que recuperan a la persona del mismo transcurrir cotidiano sin distanciarlo completamente de dicha transurrencia; las actividades extraordinarias, que llegan a establecer una ruptura con la vida diaria, haciendo modificar los comportamiento habituales; y las actividades dirigidas, que son actividades que logran un distanciamiento profundo con la vida diaria, recuperándolo y revitalizándolo de la misma.

2. Estudiante de enfermería

Persona de sexo masculino o femenino que ha ingresado a la carrera profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, que registran matricula del 1º al 5º año de estudio; que cumplen con los requisitos de ser alumno regular.

CAPÍTULO II

MATERIAL Y MÉTODO

A. NIVEL, TIPO Y MÉTODO DE INVESTIGACIÓN

El presente estudio de investigación es de nivel aplicativo porque sus resultados nos permitirán conocer cuáles son las actividades recreativas que realizan los estudiantes y en base a éstos se pueden plantear alguna mejora en la formación profesional, de tipo cuantitativo debido a que se obtienen datos a los que se les aplicará un análisis estadístico que nos permitirá reducir el sesgo en los resultados, método descriptivo debido a que permite mostrar la información obtenida tal y como se encuentra en la realidad, es de corte transversal ya que permite presentar la información tal y como se presenta en un tiempo y espacio determinado.

B. DESCRIPCIÓN DE LA SEDE DE ESTUDIO

El estudio se realizará en la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Facultad de Medicina de la UNMSM., ubicada en la Avenida Grau N° 755, distrito de Cercado de Lima; que cuenta con un total de 373 alumnos matriculados del primero a quinto año; de los cuales 79 son de primer año, 83 de segundo año, 68 de tercer año, 78 de cuarto año y 65 de quinto año.

En cuanto a su infraestructura cuenta con la oficina de Dirección, y oficinas administrativas, no tienen aulas propias por lo que comparten con las demás escuelas de la Facultad de Medicina, cuenta con un total de 88 docentes, el horario de dictado de las clases es mañana y tardes, las teorías se realizan en las aulas, la práctica comunitaria se desarrolla en los diferentes centros de salud y puestos de salud de la Diresa (Lima Sur, Lima Norte, Lima Este y Lima Oeste), la práctica domiciliaria tiene como principales sedes de práctica el Hospital Dos de Mayo, Hospital María Auxiliadora, Hospital Daniel Alcides Carrión, Hospital Nacional Arzobispo Loayza, Hospital Nacional Guillermo Almendra y el Hospital Nacional Edgardo Rebagliati.

C. POBLACIÓN Y MUESTRA

La población estará conformada por todos los alumnos de Escuela Académico Profesional de Enfermería de la UNMSM. Siendo un total de 373 estudiantes los cuales se encuentran distribuidos en los 5 años de estudio; correspondiendo a al 1er año 79 alumnos, al 2do año 83 alumnos, al 3er año 68 alumnos, al 4to año 78 alumnos, y 5to año 65 alumnos. La muestra fue seleccionada mediante muestreo probabilístico aleatorio estratificado correspondiendo a un total de 130 estudiantes, agrupados en 5 estratos de 26 estudiantes por año.

• CRITERIOS DE INCLUSIÓN

Dentro de los criterios de inclusión tenemos: ser alumnos varones y mujeres de la EAPE, se encuentren matriculados el presente año del 1º al 5º año, que cumplan con el requisito de ser alumno regular, que hayan aceptado resolver el cuestionario.

• CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

- Dentro de los criterios de exclusión están:
- Los alumnos que no desean participar.

- Los que no han asistido a clases al momento de recolectar los datos.

- **VARIABLES INTERVINIENTES**

Se tiene al factor socioeconómico, estado civil, actividad laboral y la edad.

D. TÉCNICA E INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

La técnica utilizada fue la encuesta y como instrumento un cuestionario el cual consta de presentación, introducción, instrucciones, datos generales, datos específicos con un total de 30 ítems de alternativas dicotómicas y opción múltiple, distribuidas de la siguiente manera del ítem 1 al 17 son actividades cotidianas, del ítem 18 al 23 son actividades extraordinarias, y del ítem 24 al 30 son actividades dirigidas; que tuvo por objetivo Determinar el tipo de actividades recreativas que practica el estudiantes de enfermería. El mismo que fue sometido a juicio de expertos (5), conformado por psicólogos en Educación e Investigación, Enfermería en Comunitaria y Enfermería en psiquiatría; según la prueba de Lawshe se obtuvo como coeficiente 0.96 (Ver Anexo D), de acuerdo la prueba de validez estadística del instrumento se tuvo como resultados que los ítems tienen una

interacción consistente dado que los coeficientes son mayores a 0.20 (Ver Anexo E), y en la prueba de confiabilidad del instrumento el coeficiente obtenido denota una elevada consistencia interna entre los ítems ya que el resultado fue de 0.95 (Ver Anexo F).

E. PROCESO DE RECOLECCIÓN, PROCESAMIENTO Y REPRESENTACIÓN DE DATOS.

Para la ejecución del estudio se realizaron trámites administrativos necesarios en la institución, enviando un oficio de la E.A.P de Enfermería a fin de obtener la autorización. Luego de haber sido aceptado se realizaron las coordinaciones pertinentes con los docentes, los datos fueron recolectados a partir de la primera semana de Noviembre, previamente se consiguió los horarios de los 5 años de estudio, donde se abordó al inicio de las clases teóricas con permiso de los docentes, según orden de llegada se le entregó el cuestionario a los primeros 26 alumnos.

Concluida la recolección de datos, estos fueron procesados en una matriz de Excel asignando a la respuesta Si el valor de 1, la frecuencia con sus respectivas letras y la respuesta No el valor 2.

F. PROCESO DE ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

Los datos han sido organizados en gráficos estadísticos para el análisis e interpretación considerando el marco teórico.

G. CONSIDERACIONES ÉTICAS

Para la realización del estudio se consideró necesario contar con la autorización de la Escuela Académico Profesional de enfermería para realizar el estudio. Así como el consentimiento informado previa información verbal que se brinda al estudiante por su participación en el estudio.

CAPÍTULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

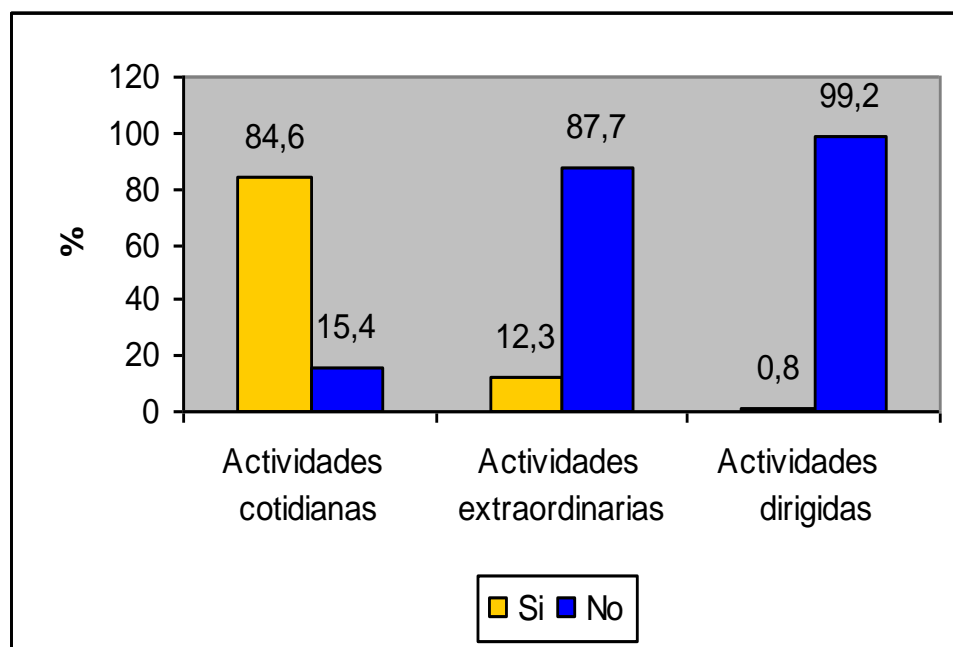
A. RESULTADOS

A continuación se presentan los datos recolectados en cuadros y/o gráficos estadísticos, con su respectivo análisis e interpretación. Respecto a los datos generales, tenemos que de un total de 130 (100%) de los alumnos encuestados, 121(93%) son de sexo femenino y 9(7%) son de sexo masculino; siendo el total de estudiantes 130(100%) de estado civil soltero, de los cuales 118(90.8%) no trabajan y sólo 12(9.2%) cuentan con un trabajo.

Por lo expuesto se deduce que la mayoría de los estudiantes son de sexo femenino, son solteros y no cuentan con un trabajo.

GRÁFICO N° 1

ACTIVIDADES RECREATIVAS QUE REALIZAN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS SEGÚN DIMENSIONES LIMA-PERÚ 2010

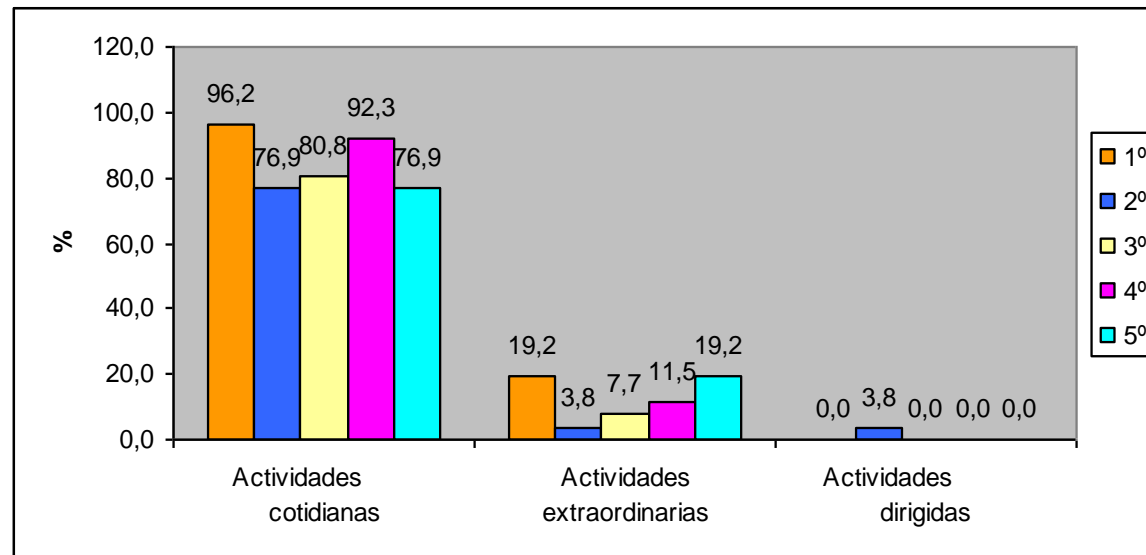


Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de Enfermería de la UNMSM. Lima. 2010

Referente a los tipos de Actividades Recreativas (Gráfico N° 1) se puede evidenciar que del total de estudiantes 130(100%); 110 (84.6%) estudiantes realizan actividades cotidianas prioritariamente tales como: escribir, cantar, conversar, rezar, dibujar, pintar, imaginar, hacer el amor, escuchar, leer, observar, consumir, dormir, pasear,

correr, competir y bailar y 20(15.4%) no las practica (Ver Anexo J), Al respecto George D. Butler señala “Las actividades cotidianas proporcionan bienestar y cumplen con la función de estabilizar a la persona en el transcurrir diario, sin embargo no le permite establecer una ruptura con la vida cotidiana, situación necesaria para distanciarse de la rutina y de los problemas. Así tenemos que del total de estudiantes 130(100%); sólo 16 (12.3%) estudiantes realiza actividades extraordinarias tales como asistir a fiestas, realizar deportes, practicar actividad artística, asistir a eventos científicos, asistir a celebraciones sociales, hacer Turismo (Ver Anexo K), que permiten un distanciamiento relativo de lo cotidiano, asimismo ampliar el horizonte de amigos y 114 (87.7%)estudiantes no la realiza; sin embargo es preocupante evidenciar que del total de estudiantes 130(100%); sólo 1 (0.8%) estudiante practica actividades dirigidas como participar en campamentos, pertenecer a grupos ecológicos, pertenecer a algún grupo deportivo, de artes manuales, grupos de danza, hacer turismo guiado, y a grupos religiosos (Ver Anexo L), que son las que posibilita una mayor interacción con sus pares, el desarrollo de nuevas habilidades sociales cognitivas, y culturales; es decir un desarrollo más holístico de la persona, permitiendo una ruptura con lo cotidiano lo que facilita que la persona pueda evaluar con mayor objetividad su proyecto de vida y plantearse nuevas metas personales más objetivas; mientras que 129 (99.2%) estudiantes no la realiza.

GRÁFICO Nº 2
ACTIVIDADES RECREATIVAS QUE REALIZAN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA
DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
SEGÚN AÑOS DE ESTUDIO
LIMA-PERÚ
2010



Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de Enfermería de la UNMSM. Lima. 2010

En lo referente al tipo de actividades recreativas según años de estudio se observa (Gráfico N° 2) que del total 130 (100%) estudiantes encuestados, realizan actividades cotidianas en 1º Año 25 (96.2%) estudiantes, en 2º Año 20 (76.9%) estudiantes, en 3º Año 21 (80.8%) estudiantes, en 4º Año 24 (92.3%) estudiantes y en 5º Año 20 (76.9%) estudiantes.

Del total de estudiantes 130 (100%), realizan actividades extraordinarias en 1º Año 5 (19.2%) estudiantes, en 2º Año 1 (3.8%) estudiantes, en 3º Año 2 (7.7%) estudiantes, en 4º Año 3 (11.5%) estudiantes y en 5º Año 5 (19.2%) estudiantes

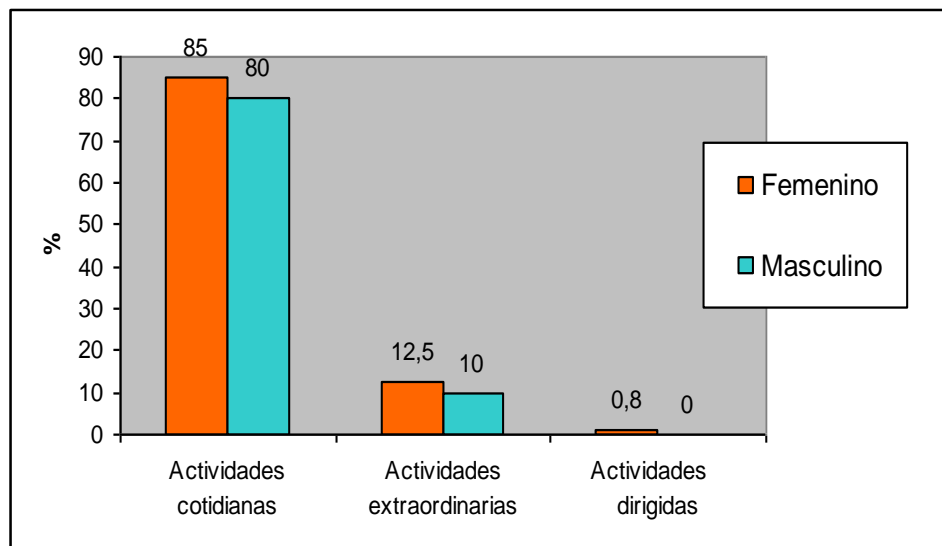
Del total de estudiantes 130 (100%), realizan actividades dirigidas en 1º Año 0(0.0%) estudiantes, en 2º Año 1 (3.8%) estudiante; en 3º, 4º y 5º Año 0(0.0%) estudiantes la realiza.

Como se puede observar las actividades cotidianas son las que la mayoría de los estudiantes de los cinco años de estudio las realizan, asimismo existe una minoría de estudiantes que realizan actividades extraordinarias y una pequeña cantidad de estudiantes sólo del 2º año que realiza actividades recreativas dirigidas. Dentro de las cotidianas 1º año es el que más la realiza y ,2º y 5º año es el que menos la realiza; dentro de las extraordinarias quienes más la realizan son los de 1º y 5º

y quienes menos la realizan son los de 2º, 3º y 4º año pudiéndose deber a que en estos años hay mayor recarga académica por llevar cursos de carrera; y los que realizan actividades dirigidas son de 2º año y en un porcentaje poco significativo.

Respecto a las actividades que realizan según el sexo (Gráfico N° 3), se evidencia que del total de estudiantes 130 (100%) encuestados; realizan con mayor frecuencia actividades cotidianas 102(85%) mujeres y sólo 8(80%) varones, que son actividades automáticas, espontáneas, individuales o colectivas, que cumplen con la función de estabilizarse del transcurrir cotidiano; en la actividades extraordinarias según sexo vemos que 15(12.5%) de las mujeres y sólo 1(10%) varón realizan con mayor frecuencia dichas actividades estableciendo así una ruptura con la vida diaria, alejándolo de ella por un tiempo relativo; en las actividades dirigidas sólo 1(0.8%) mujer realiza esta actividad, lo que ofrece un mayor distanciamiento de lo cotidiano además de ser actividades organizadas y dirigidas, a su vez se puede deber a que las mujeres maduran mas rápido, asumen sus responsabilidades y retos de una manera más planificada que los varones. Además es de significancia resaltar que más del 80% tanto mujeres como varones no realizan las dos últimas actividades mencionadas (extraordinarias y dirigidas).

GRÁFICO Nº 3
ACTIVIDAD RECREATIVA QUE REALIZAN LOS ESTUDIANTES DE
ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR
DE SAN MARCOS SEGÚN SEXO
LIMA-PERÚ
2010



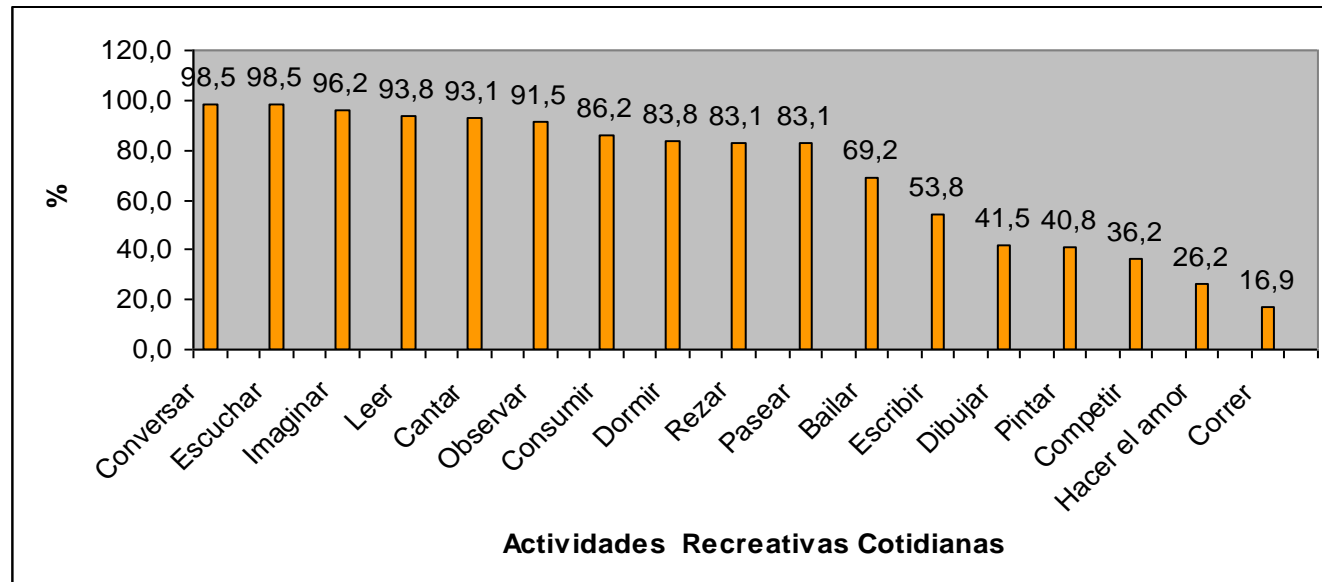
Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de Enfermería de la UNMSM. Lima.2010

GRÁFICO Nº 4

ACTIVIDAD RECREATIVA COTIDIANA QUE REALIZAN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS

LIMA-PERÚ

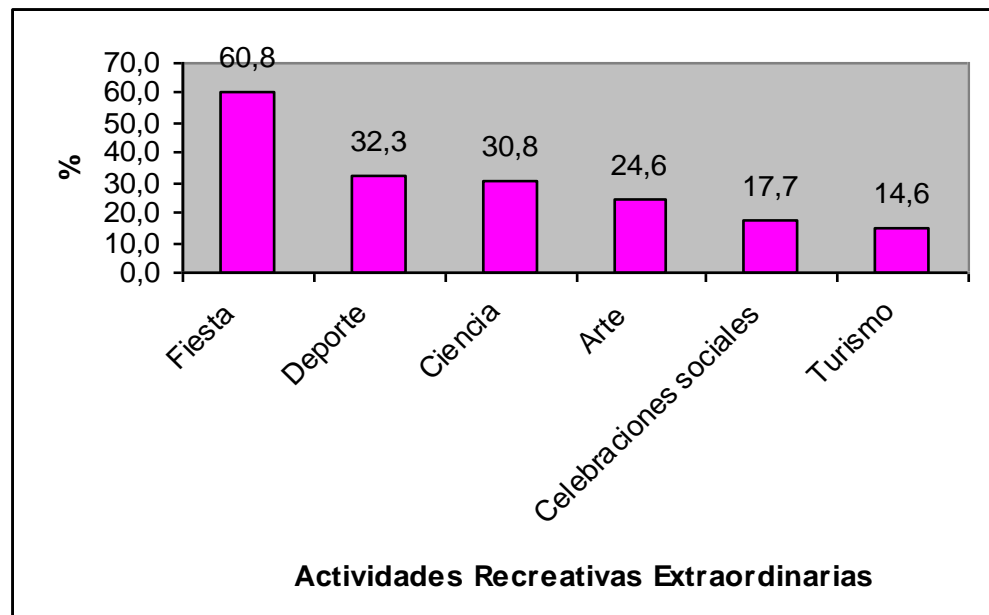
2010



Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de Enfermería de la UNMSM. Lima. 2010

Del total que corresponde a 130 (100%) estudiantes de enfermería encuestados que realizan Actividades Recreativas Cotidianas (Gráfico N° 4), tenemos que el 128(98.5%) conversa, 128(98.5%) escucha música, 125(96.2%) imagina, 122(93.8%) lee, 121(93.1%) canta/silba, 119(91.5%) ve televisión, 112(86.2%) consume, 109(83.8%) duerme/reposa, 108(83.1%) reza y pasea, 90(69.2%) baila, 70(53.8%) escribe, 54(41.5%) dibuja, 53(40.8%) pinta, 47(36.2%) compite, 34(26.2%) hace el amor, 22(16.9%) corre. Como se puede evidenciar la actividad más practicada es conversar, escuchar música, imaginar, leer, cantar, ver TV. Se puede decir que casi el 130(100%) de estudiantes práctica estas actividades de manera espontánea, automática, individual o colectiva, logrando estabilizarse del transcurrir cotidiano; pero sin embargo no logra establecer una ruptura de manera profunda con ella.

GRÁFICO N° 5
ACTIVIDAD RECREATIVA EXTRAORDINARIA QUE REALIZAN
LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD
NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
LIMA-PERÚ
2010



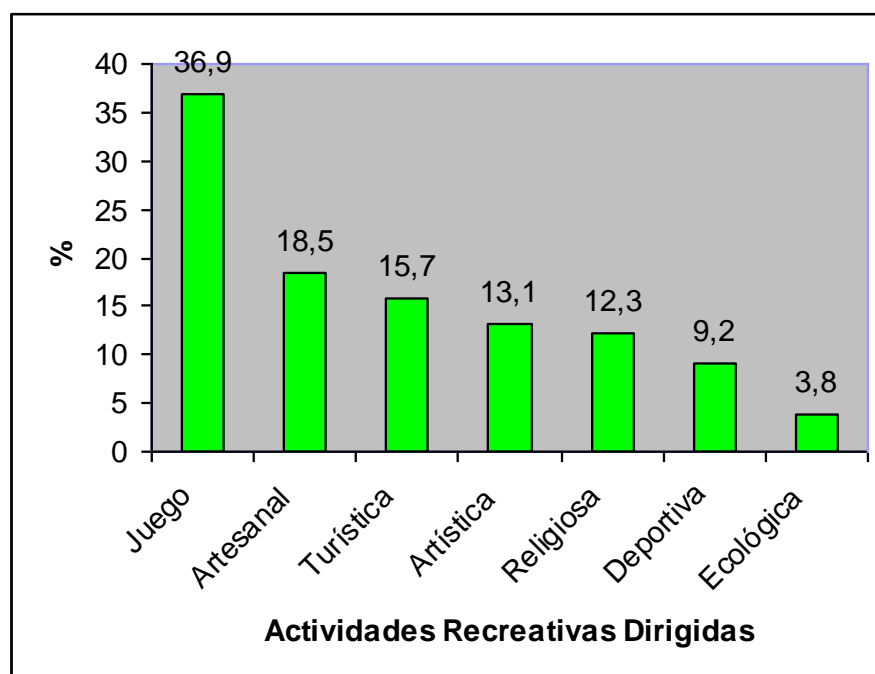
Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de Enfermería de la UNMSM. Lima. 2010

Del total de estudiantes que es 130 (100%); respecto a las Actividades Extraordinarias que realizan (Grafico N° 5) se tiene que 79(60.8%) estudiantes asisten a fiestas, 42(32.3%) hacen deporte, 40(30.8%) asisten a alguna reunión científica, 32(24.6%) practican

algún Arte, 23(17.7%) van a celebraciones sociales, 19(14.6%) hacen turismo. Como se puede observar en la gráfica más de la mitad del total de estudiantes realizan con mayor frecuencia asistir a fiestas. Las actividades extraordinarias se caracterizan por ser preferencialmente colectivas y hace que se establezca una ruptura profunda con la vida cotidiana, lo separa y retorna a ella, después de un distanciamiento relativo. Es desde este tipo de actividades que se hacen ciertas referencias de valor, cuando se le asigna funciones de beneficio físico (valor físico), de beneficio curativo (valores terapéuticos), beneficios de enseñanza y aprendizaje (valores educativos) y beneficio de la formación moral (valores éticos).

Del total de estudiantes que son 130 (100) encuestados; en lo referente a la actividad dirigida que realizan los estudiantes (Gráfico N° 6) se puede ver que 48(36.9%) juegan (lúdica participativa), 24(18.5%) al área artesanal (arte manual), 20(15.4%) al turismo (con guía), 17(13.1%) artística, 16(12.3%) actividades religiosas, 12(9.2%) deportiva, 5(3.8%) ecológica (relación con la naturaleza). Se puede ver que la actividad dirigida más realizada es el juego (asistir a excursiones, juegos florales, gymkhanas, campamentos), la recreación dirigida, se hace cada vez más específica, toda vez que las organiza y las propone en el marco de una programación dirigida.

GRÁFICO Nº 6
ACTIVIDAD RECREATIVA DIRIGIDA QUE REALIZAN LOS
ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD
NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
LIMA-PERÚ
2010



Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de Enfermería de la UNMSM. Lima. 2010

B. DISCUSION

En el año 2001, en Brasil, se realizó una investigación sobre “La recreación en la vida de los académicos en enfermería en el contexto del cuidado de sí para con el cuidado del otro”, cuyo objetivo fue identificar las actividades recreativas de las alumnas, teniendo como resultados mayor preferencia por el área artística, social e intelectual, donde las que tienen mayor frecuencia dentro del área artística son escuchar música y ver televisión, en el área social tiene mayor frecuencia conversar, y en el área intelectual la de mayor frecuencia es leer el periódico. Asimismo en el año 2005, en Venezuela, realizaron un estudio sobre “Preferencias recreativas de los estudiantes de matemática y física de la UPEL – Maracay”, cuyo objetivo fue analizar las preferencias recreativas de los estudiantes de las especialidades física y matemática, obteniendo como resultado que tanto para los estudiantes de matemáticas y física prefieren las actividades deportivas recreativas. Así también en el año 2006, en Chile se realizó un estudio de investigación sobre “Utilización del tiempo libre de estudiantes del área de salud de la institución educacional santo tomas, Talca”, cuyo objetivo específico fue: Identificar cuál es el uso del tiempo libre que disponen los estudiantes del área de salud. Donde se obtuvo como resultado que todos los estudiantes tienen como actividades en su tiempo libre ver televisión y

dormir. Y en el año 2003 en Perú se realizó el estudio titulado “Estudio comparativo de de salud mental en estudiantes de medicina de dos universidades estatales peruanas”, cuyo objetivo fue describir y comparar el estado de salud mental en estudiantes de medicina de dos universidades estatales peruanas; obteniéndose como resultado que los estudiantes presentaron tres o más conductas disociales, un tercio de ambas poblaciones informó no vivenciar la religión como mecanismo de apoyo. Llamando la atención que uno de cada cuatro estudiantes informó que casi nunca sale de casa a distraerse. Finalmente la preocupación por el escaso tiempo del que disponen los estudiantes para realizar actividades recreativas saludables. Ante estos resultados podemos observar que el presente estudio coincide con la investigación de Brasil en estudiantes de Enfermería, en que las actividades más frecuentes son las de escuchar música y conversar. Con el estudio en Chile con estudiantes en el área de salud coincide en que la actividad más practicada es la de escuchar música. Se encuentra diferencia si comparamos con el estudio en Venezuela, donde la actividad de preferencia es la deportiva, en cambio en el presente estudio la preferencia de esta actividad es muy baja, prefiriendo las actividades sedentarias, lo cual es un riesgo para la salud como futuros profesionales de la salud. Si comparamos con el estudio en Perú se coincide que los estudiantes de enfermería poseen conductas disociales, no pertenece a alguna agrupación religiosa que

contribuye como apoyo de soporte, ni salen con frecuencia para distraerse, ya que como hemos visto en el presente estudio no realizan actividades dirigidas donde se relaciona o interactúa con las demás personas. No obstante cabe resaltar que en el presente estudio se tomó otra clasificación de actividades recreativas: cotidianas, extraordinarias y dirigidas. Donde las actividades cotidianas son las más practicadas y dentro de estas las más frecuentes son conversar, escuchar música, imaginar, leer, cantar, ver TV.

Si bien es cierto no se cuenta con investigaciones sobre los factores que contribuyen a la situación descrita de acuerdo a la literatura y a algunos resultados que indirectamente se relacionan con el tema se podría aseverar que se debe a la recarga académica, a los pocos espacios de recreación con los que cuenta la Facultad de Medicina de la UNMSM, la escasa importancia que le dan los estudiantes a la recreación, y a otros factores tales como el económico.

La situación anteriormente descrita nos muestra una realidad preocupante en el estudiante de Enfermería San marquino que debería ser cambiada a partir de estos resultados, siendo la Unidad de bienestar de la Facultad la que debería orientar sus actividades al diseño, ejecución y evaluación de programas de recreación dirigidos a los estudiantes.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES LIMITACIONES Y RECOMENDACIONES

A. CONCLUSIONES

Las conclusiones del presente estudio está dado por:

- En los tipos de actividades Recreativas, que son las Cotidianas, Extraordinarias y Dirigidas, se encontró que la mayoría de los estudiantes de Enfermería realizan con mayor frecuencia las actividades cotidianas, lo que quiere decir que los estudiantes realizan esta actividad de manera espontánea, automática, logrando estabilizarlos circunstancialmente de la rutina, no siendo percibido por la persona como tal, porque se da por un breve momento no logrando establecer una ruptura con ella.
- En relación al año de estudios se evidencia que los estudiantes que más practican las actividades cotidianas pertenecen al 1º año,

- las extraordinarias al 1º y 5º año y las dirigidas al 2º año; que podría deberse a que la carga académica es más fuerte en 2º, 3º y 4º año donde se llevan cursos de carrera.
- La actividad cotidiana más practicada por la mayoría es conversar y escuchar música las cuáles son consideradas como actividades sedentarias, la actividad extraordinaria más practicada es asistir a fiestas y finalmente un tercio de estudiantes realizan actividades dirigidas destacando el juego (asistir a excursiones, campamentos, etc.).
- De las actividades recreativas según si el estudiante labora o no, se encuentra que tanto los estudiantes que laboran y no laboran realizan en su mayoría actividades cotidianas y extraordinarias. Hallando que una mayoría absoluta de estudiantes que trabajan y no trabajan no realizan actividades dirigidas.

B. LIMITACIONES

- El presente estudio no puede generalizar los resultados en otra población de estudio.

C. RECOMENDACIONES

- Que la institución de formación profesional elabore estrategias y/o programas de recreación donde fomente actividades de tipo Extraordinarias y Dirigidas en el estudiante de Enfermería logrando así una ruptura con la vida cotidiana, revitalizándolo, recuperándolo física y psicológicamente de ella por un tiempo relativo que compense el cansancio generado por la jornada laboral o estudiantil; la diversión como necesidad frente al aburrimiento; el desarrollo de la personalidad como contrapartida a la creciente maquinización y alienación cotidiana.
- Que se realicen estudios cualitativos en los que se investigue los factores que influyen en la práctica de Actividades Recreativas en el estudiante.
- Realizar estudios cuanti-cualitativos sobre la importancia que le conceden los estudiantes a la práctica de Actividades Recreativas.
- Retomar las áreas de arte (biodanza, teatro, oratoria, danzas y Música del Perú) y psicofísica (Gimnasia y Biodanza) como parte de los cursos electivos.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

- (1) Constitución del Perú.1993.Pág. 1-3.
- (2) Fischer Laura y Espejo Jorge. “Mercadotecnia”.3ed. Ed. Mc Graw Hill-Interamericana. 2004. Pág. 123.
- (3) Kozier. Erb. Blass. Wilkinson. “Fundamentos de Enfermería. Conceptos, proceso y practica”. 5°ed. México. Ed. Mc Graw Hill Interamericana. 1999. Pág. 135.
- (4) George D. Butler. “Principios y métodos de recreación para la comunidad “. Argentina. Ed. Bibliografía Argentina. 1966. Pág. 26-43
- (5) Ministerio de Salud. “Plan Nacional de Salud” .2006
- (6) Nancy Serón “Relación que existe entre factores estresantes y rendimiento académico de los estudiantes de Enfermería de la UNMSM”. 2006.
- (7) Margrid Beuter, Neide Aparecida Titonelli, Sadjá Cristina Tassinari. “La recreación en la vida de los académicos en enfermería en el contexto del cuidado de si para con el cuidado del otro. 2005. Pág.226.
- (8) Bolívar .Maduro. García. “Preferencias recreativas de los estudiantes de matemática y física de la UPEL-Maracay”. 2005

- (9) Marta Lemp Paredes. Veronica Behn Theune. "Utilización del tiempo libre de estudiantes del área de salud de la institución educacional Santo Tomas, Talca". Chile. Ciencia y Enfermería XIV (1): 53-62, 2008
- (10) Carla Monteneiro y Ana Mancussi "Actividad física según la percepción de estudiantes de Enfermería". Brasil. Revista Latinoamericana de enfermería 2006 Noviembre – diciembre.
- (11) Jairo Alejandro Fernández y Efraín Serna "Uso del tiempo extraescolar en los escolares Bogotanos". Colombia. VII Congreso Nacional de Recreación Mayo del 2004.
- (12) Alberto Perales, Cecilia Sogi y Ricardo Morales "Estudio comparativo de salud mental en estudiantes de medicina de dos universidades estatales peruanas". Perú. Anales de la Facultad de Medicina. 2003
- (13) Ann Marriner. Martha Raile. "Modelos y teorías de Enfermería". 4ª ed. España. Ed. Hacourt Brace de España. 1999. Pág. 58-59.
- (14) Tomas Emilio Bolaño Mercado. "Recreación y Valores". 2ª ed. Colombia. Ed. Kinesis. 2002. Pág. 31-94.
- (15) Claudia Duque Jarnanys Mosquera. Vicepresidencia de la República / Coldeportes / FUNLIBRE. VIII Congreso Nacional de Recreación. 27 al 29 de Mayo de 2004. Bogotá, D.C., COLOMBIA. 2008. Disponible en:
<http://www.redcreacion.org/documentos/congreso8/CDuque.html>

- (16) Dumazedier. “Valores y contenidos culturales del ocio”.
Brasil.1980
- (17) Pablo A. Waichman. “Tiempo Libre y Recreación. Un desafío pedagógico”. 1°ed. Colombia. Ed. Kinesis. 2000.Pág.88-90

BIBLIOGRAFÍA

1. Alberto Perales, Cecilia Sogi y Ricardo Morales “Estudio comparativo de salud mental en estudiantes de medicina de dos universidades estatales peruanas”. Perú. Anales de la Facultad de Medicina.2003
2. Ann Marriner. Martha Raile. “Modelos y teorías de Enfermería”. 4ªed. España. Ed. Hacourt Brace de España.1999
3. Claudia Duque Jarnanys Mosquera. Vicepresidencia de la República / Coldeportes / FUNLIBRE. VIII Congreso Nacional de Recreación.27 al 29 de Mayo de 2004. Bogotá, D.C., COLOMBIA. [En línea] 2008 [Fecha de acceso: 06 de Junio del 2009].Disponible en:
<http://www.redcreacion.org/documentos/congreso8/CDuque.html>
4. Constitución Política del Perú.1993
5. Dumazedier. “Valores y contenidos culturales del ocio”. Brasil. 1980
6. Fischer Laura y Espejo Jorge. “Mercadotecnia”.3ed. Ed. Mc Graw Hill-Interamericana. 2004.
7. George D. Butler. “Principios y métodos de recreación para la comunidad “. Argentina. Ed. Bibliografía Argentina. 1966
8. Jara, Delia; Velarde, Hernán; Gordillo, Gloria. “Factores influyentes en el rendimiento académico de estudiantes del

primer año de medicina”. Perú. Anales de la Facultad de Medicina.2008. Disponible en:

<http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=37911354009>

9. Kozier. Erb. Blass. Wilkinson. “Fundamentos de Enfermería. Conceptos, proceso y practica”. 5°ed. México. Ed. Mc Graw Hill Interamericana. 1999
10. Marta Lemp Paredes. Veronica Behn Theune. “Utilización del tiempo libre de estudiantes del área de salud de la institución educacional Santo Tomas, Talca”. Chile. Ciencia y Enfermería XIV (1): 53-62, 2008
11. Martín. Ramírez. Martínez. Gómez. Arribas. “Actividades Lúdicas. El juego, alternativa de ocio para jóvenes”. 2ed. Ed. Popular. ” (2000) Deposito legal.
12. Pablo A. Waichman. “Tiempo Libre y Recreación. Un desafío pedagógico”. 1°ed. Colombia. Ed. Kinesis. 2000
13. Ministerio de Salud. “Plan Nacional de Salud” .2006
14. Tomas Emilio Bolaño Mercado.”Recreación y Valores”. 2°ed. Colombia. Ed. Kinesis. 2002
15. Margrid Beuter, Neide Aparecida Titonelli, Sadjá Cristina Tassinari. “La recreación en la vida de los académicos en enfermería en el contexto del cuidado de sí para con el cuidado del otro”. 2005

ANEXOS

INDICE DE ANEXOS

- A. OPERACIONALIZACION DE VARIABLES
- B. INSTRUMENTO
- C. TAMAÑO DE LA MUESTRA
- D. PRUEBA DE LAWSHE DE JUICIO DE EXPERTOS
- E. PRUEBA DE VALIDEZ ESTADÍSTICA DEL INSTRUMENTO
- F. PRUEBA DE CONFIABILIDAD ESTADISTICA DEL INSTRUMENTO
- G. SEXO DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNMSM
- H. ESTADO CIVIL DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNMSM
- I. ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA QUE TRABAJAN DE LA UNMSM
- J. FRECUENCIA DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS COTIDIANAS DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNMSM

- K FRECUENCIA DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS EXTRAORDINARIAS DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNMSM
- L FRECUENCIA DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS DIRIGIDAS DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNMSM
- M ACTIVIDADES RECREATIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA SEGÚN SU ESTADO LABORAL DE LA UNMSM

ANEXO A

OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSION	INDICADORES	DEFINICION OPERACIONAL	VALOR FINAL
Actividades recreativas de los estudiantes de enfermería.	Es el conjunto de acciones que realiza el individuo y cumplen con la característica de hacerse de manera voluntaria y libremente, provocando sensación de agrado y placer. Estas actividades se pueden dividir en actividades cotidianas, extraordinarias y	<u>Cotidianas</u> Son actos espontáneos individuales o colectivos, que se realizan en el marco de la vida cotidiana, sin establecer una ruptura profunda con ella.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Escribir ✓ Cantar ✓ Conversar ✓ Rezar ✓ Dibujar ✓ Pintar ✓ Imaginar ✓ Hacer el amor ✓ Escuchar 	Es el conjunto de acciones de diversión que el estudiante de enfermería con la característica de que se hacen de manera voluntaria y libre provocando sensaciones de agrado y placer, dicha acciones se pueden dividir en cotidianas, extraordinarias y dirigidas .Esta	<p>Descripción de la característica y frecuencia de las:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Actividades recreativas Cotidianas -Actividades recreativas extraordinarias -Actividades recreativas dirigidas.

	dirigidas.		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Leer ✓ Observar ✓ Consumir ✓ Dormir ✓ Pasear ✓ Correr ✓ Competir ✓ Bailar 	información será recolectada a través de un cuestionario aplicado a dichos estudiantes.	
		<p><u>Extraordinarias</u> Son preferencias colectivas y establecen una ruptura profunda con la vida cotidiana, se separa de ella y retornan a ella después de un</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fiesta ✓ Deporte ✓ Arte ✓ Ciencia 		

		<p>distanciamiento relativo.</p> <p><u>Dirigidas</u> Son actividades organizadas y específicas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Celebraciones sociales ✓ Turismo ✓ Juego(lúdica participativa) ✓ Ecológica ✓ Deportiva ✓ Artesanal ✓ Artística ✓ Turística ✓ Religiosa 		
--	--	---	--	--	--

ANEXO B
INSTRUMENTO
CUESTIONARIO

I. PRESENTACIÓN

Buenos días estimados(as) compañeros(as) mi nombre es Angela Melgarejo Sánchez estoy realizando la investigación titulada: “Actividades recreativas de los estudiantes de Enfermería de la UNMSM.2010” cuyo propósito es conocer y diseñar estrategias para fomentar el desarrollo de dichas actividades entre los estudiantes de la E.A.P de Enfermería. Para lo cual solicito se sirva contestar con veracidad las preguntas que a continuación se exponen expresándole que los datos son de carácter anónimo y con fines exclusivos para investigación. Me despido agradeciéndole anticipadamente.

II. DATOS GENERALES

Año de ingreso: Año de estudios:.....
Edad: Sexo:
Ocupación (Trabaja): SI..... NO.....
Estado Civil:.....

III. INSTRUCCIONES

Recuerde que para contestar las preguntas se define como actividades recreativas a **las acciones de diversión que realiza el individuo y cumplen con la característica de hacerse de manera voluntaria y libremente, provocando sensación de agrado y placer.**

A continuación encierre en un círculo su respuesta de acuerdo a la siguiente indicación. Por ejemplo:

SI cuando la actividad ha sido practicada **EL ÚLTIMO MES** y encierre en un círculo su frecuencia.

NO si no fue practicada.

ACTIVIDADES RECREATIVAS <u>PRACTICADAS EL ÚLTIMO MES</u>	NO PRACTICADAS	PRACTICADAS	<u>SI ES SÍ.</u> ¿CON QUÉ FRECUENCIA?
1) Escribir (poemas, cartas o llenar crucigramas, pupiletras, sudokus, etc.)	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
2) Silbar, cantar o tararear alguna canción.	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
3) Conversar en sus horas libres con: amigos, familiares, enamorado(a).	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
4) Orar, rezar, alabar a dios en cualquiera de sus formas y cual fuere sea su religión.	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
5) Dibujar	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes

6) Pintar	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
7) Imaginar situaciones agradables que desee que paseen.	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
8) Hacer el amor	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
9) Escuchar música	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
10) Leer revistas, periódicos, magazines, libros, obras, etc.	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
11) Ver televisión	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
12) Ir de compras al supermercado, tiendas comerciales, centros comerciales, restaurantes, pastelerías, etc.	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes

13) Reposar o dormir en su tiempo libre.	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
14) Pasear a casa de familiares, a casa de amigos, salir con amigos a cualquier sitio, o pasear con el enamorado(a)	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
15) Correr por la manzana o losa deportiva de su casa.	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
16) Participar o asistir a una competencia deportiva (volley, fútbol, básquet, etc.) con sus compañeros de trabajo, universidad o vecinos.	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
17) Bailar en su cuarto y/o casa.	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
18) Ir a fiestas en su tiempo libre	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
19) Practicar algún deporte (fútbol, volley, natación, básquet, etc.), o ir	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes

al estadio o coliseo para ver su deporte favorito en su tiempo libre.			e. 1 vez al mes
20) Practicar algún tipo de arte (danza, escultura, teatro, pintura, dibujo, etc.) en su tiempo libre.	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
21) Ir a conferencias, congresos, coloquios, mesa redondas, etc.	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
22) Asistir a conciertos.	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
23) Ir de viaje fuera de la ciudad y/o país.	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
24) Asistir a excursiones, juegos florales, gimkanas, campamentos, etc.	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
25) Pertenecer a grupos ecológicos (de reciclaje, reforestación, etc.) o a cualquier grupo u organización donde cuiden o mejoren el medio ambiente.	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
26) Pertenecer a algún grupo deportivo (futbol,	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes

volley, básquet, etc.).			e. 1 vez al mes
27) Practicar manualidades, bijouteria, adornos, etc.	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
28) Participar en algún elenco de danzas, teatro, música, coro, etc.	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
29) Pasear o ir de viaje (con guía turístico).	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes
30) Pertenecer a algún grupo de catequesis, etc.	NO	SI	a. diario b. 2-3 veces a la semana c. 1 vez a la semana d. 2-3 veces al mes e. 1 vez al mes

MUCHAS GRACIAS.

ANEXO C

TAMAÑO DE LA MUESTRA

Para determinar el tamaño de la muestra se utilizó la fórmula estadística de proporciones de una población finita.

$$n = \frac{Z^2 P Q N}{E^2 (N-1) + Z^2 P Q}$$

Donde:

N= Tamaño de la población

Z= 95% de confianza: 1.96

P= Proporción de unidades que poseen el atributo de interés

Q= Resto aritmético de P

E= Error de estimación: 7%

Reemplazando:

$$n = \frac{(1.96)^2(57.70) (42.30) (373)}{7^2 (372) + (1.96)^2(57.70) (42.30)}$$

$$n = 127$$

$$n1 = 26$$

$$n2 = 26$$

$$n3 = 26$$

$$n4 = 26$$

$$n5 = 26$$

ANEXO D

PRUEBA DE LAWSHE DE JUICIO DE EXPERTOS

Se consideró 5 jueces expertos a quienes se les entrego una ficha de evaluación del instrumento; en el cual se considera la pertinencia y no pertinencia de cada uno de los ítems.

# ÍTEM	JUECES					0.99
	1	2	3	4	5	
1	1	1	1	1	1	0.99
2	1	1	1	1	1	0.99
3	1	1	0	1	1	0.8
4	1	1	1	1	1	0.99
5	1	1	1	1	1	0.99
6	1	1	1	1	1	0.99
7	1	1	1	1	0	0.8
8	1	1	0	1	1	0.8
9	1	1	1	1	1	0.99
10	1	1	1	1	1	0.99
11	1	1	1	1	1	0.99
12	1	1	1	1	1	0.99
13	1	1	1	1	1	0.99

14	1	1	1	1	1	0.99
15	1	1	1	1	1	0.99
16	1	1	1	1	1	0.99
17	1	1	1	1	1	0.99
18	1	1	1	1	1	0.99
19	1	1	1	1	1	0.99
20	1	1	1	1	1	0.99
21	1	1	1	1	1	0.99
22	1	1	1	1	1	0.99
23	1	1	0	1	1	0.8
24	1	1	1	1	1	0.99
25	1	1	1	1	1	0.99
26	1	1	1	1	1	0.99
27	1	1	1	1	1	0.99
28	1	1	1	1	1	0.99
29	1	1	1	1	1	0.99
30	1	1	1	1	1	0.99
TOTAL						28.94

PERTINENTE = 1

NO PERTINENTE = 0

Si la cantidad de jueces que indicó que el ítem es PERTINENTE es mayor que la cantidad de jueces que indicaron que NO ES PERTINENTE; entonces

$$\text{CVR} = \text{N}^\circ \text{ pertinente} / \text{Total de jueces}$$

Si la cantidad de jueces que expresó que el ítem es NO PERTINENTE es mayor que la cantidad de jueces que indicaron que es PERTINENTE

$$\text{CVR} = (\text{N}^\circ \text{ pertinente} - \text{N}^\circ \text{ no pertinente}) / \text{Total de jueces}$$

Se halla la validez de contenido del instrumento; el cual para considerar válido el instrumento debe ser mayor a 0.75

TOTAL / N° de ítems

$$28.94 / 30 = \mathbf{0.96}$$

Entonces se considera VÁLIDO el instrumento.

ANEXO E

PRUEBA DE VALIDEZ ESTADISTICA DEL INSTRUMENTO

Para la validez además de solicitar la opinión de los jueces expertos, se aplicó la fórmula Biserál Puntual correlación que a cada uno de los ítems, Las fórmulas, ambas equivalentes, que permiten el cálculo del coeficiente de correlación biserial puntual entre una variable X, medida en escala de intervalos, y una variable dicotómica Y son las siguientes:

$$r_{bp} = \frac{\bar{X}_p - \bar{X}}{S_x} \sqrt{\frac{p}{q}} ; \quad r_{bp} = \frac{\bar{X}_p - \bar{X}_q}{S_x} \sqrt{p \cdot q}$$

Donde: p es la proporción de sujetos con una de las dos modalidades posibles de la variable Y.

q es la proporción de sujetos con la otra modalidad.

\bar{X}_p Es la media en X de los sujetos cuya proporción es p.

\bar{X}_q Es la media en X de los sujetos cuya proporción es q.

\bar{X} Es la media en X de todos los sujetos.

S_x Es la desviación típica en X de todos los sujetos.

Item 1:	$r = 56$	Item 16:	$r = 0.38$
Item 2:	$r = 0.42$	Item 17:	$r = 0.25$
Item 3:	$r = 0.32$	Item 18:	$r = 32$
Item 4:	$r = 24$	Item 19:	$r = 29$
Item 5:	$r = 67$	Item 20:	$r = 0.33$
Item 6:	$r = 78$	Item 21:	$r = 0.39$
Item 7:	$r = 0.32$	Item 22:	$r = 0.76$
Item 8:	$r = 76$	Item 23:	$r = 0.34$
Item 9:	$r = 65$	Item 24:	$r = 0.53$
Item 10:	$r = 98$	Item 25:	$r = 0.53$
Item 11:	$r = 0.62$	Item 26:	$r = 0.29$
Item 12:	$r = 0.98$	Item 27:	$r = 0.47$
Item 13:	$r = 0.33$	Item 28:	$r = 0.69$
Item 14:	$r = 0.49$	Item 29:	$r = 0.45$
Item 15:	$r = 96$	Item 30:	$r = 0.73$

Si $r > 0.20$, el instrumento es válido en cada uno de los ítems. Se observa que la correlación de los ítems propuestos tiene una interacción consistente, dado que los coeficientes son mayores de 0.20.

ANEXO F

PRUEBA DE CONFIABILIDAD ESTADÍSTICA DEL

INSTRUMENTO

Para determinar la confiabilidad del instrumento se procedió a aplicar la Prueba Estadística Kuder Richarson.

$$KR20 = \frac{K}{K-1} \left(1 - \frac{\sum P_i Q_i}{S_T^2} \right)$$

Donde:

k : N° de preguntas o items.

ST²: Varianza de la prueba.

P : Proporción de éxito, proporción donde se identifica la característica o atributo en estudio.

Q : Proporción donde no se identifica al atributo.

DATOS PILOTO SOBRE ACTIVIDADES RECREATIVAS

	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11	p12	p13	p14	p15	p16	p17	p18	p19	p20	p21	p22	p23	p24	p25	p26	p27	p28	p29	p30	suma
1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	15
2	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	14
3	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	13
4	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	18
5	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	18
6	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	12
7	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	18
8	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	16
9	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	11
10	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	19
11	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	19
12	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	16
13	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	16
14	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	16
15	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	18
16	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	14
17	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	14
18	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	11
19	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	15
20	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	11
suma	11	19	20	16	12	12	18	0	20	20	20	17	18	16	2	10	15	9	7	6	6	1	0	8	0	3	6	3	3	6	
P	0,6	1	1	0,8	0,6	0,6	0,9	0	1	1	1	0,9	0,9	0,8	0,1	0,5	0,8	0,5	0,4	0,3	0,3	0,1	0	0,4	0	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	
Q	0,5	0,1	0	0,2	0,4	0,4	0,1	1	0	0	0	0,2	0,1	0,2	0,9	0,5	0,3	0,6	0,7	0,7	0,7	1	1	0,6	1	0,9	0,7	0,9	0,9	0,7	
PiQi	0,2	0	0	0,2	0,2	0,2	0,1	0	0	0	0	0,1	0,1	0,2	0,1	0,3	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0	0	0,2	0	0,1	0,2	0,1	0,1	0,2	3,92
PQ	49																														

Remplazando valores donde $K=30$ y $\sum (P_i Q_i) = 3,92$, $St^2 = 49$

$$KR20 = \frac{30}{30-1} \left(1 - \frac{3,92}{49} \right) = \frac{15}{14} (1 - 0,0792031) = 1,04(0,9207969) = 0,952$$

Para el análisis correspondiente se tomo una muestra piloto de 20 estudiantes. El coeficiente obtenido, denota una elevada consistencia interna entre los ítems que conforman el cuestionario, ya que el resultado del cálculo correspondiente fue de 0.95 lo que evidencia que las preguntas del cuestionario contribuyen de manera significativa a la definición de los conceptos que se desean investigar, ya que cuando el coeficiente se aproxima a uno el instrumento es altamente confiable.

ANEXO G

**SEXO DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA
DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL
MAYOR DE SAN MARCOS
LIMA – PERU
2010**

TRABAJAN	FRECUENCIA	
	N	%
MUJERES	121	93
VARONES	9	7
TOTAL	130	100

Fuente: Encuesta realizada en los estudiantes de Enfermería de la UNMSM 2010

ANEXO H

ESTADO CIVIL DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA

DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL

MAYOR DE SAN MARCOS

LIMA – PERU

2010

ESTADO CIVIL	FRECUENCIA	
	N	%
Casado	0	0
Soltero	130	100
Casado	0	0
TOTAL	130	100

Fuente: Encuesta realizada en los estudiantes de Enfermería de la UNMSM 2010

ANEXO I

**ESTUDIANTES DE ENFERMERIA QUE CUENTAN CON UN
TRABAJO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL
MAYOR DE SAN MARCOS
LIMA – PERU
2010**

TRABAJAN	FRECUENCIA	
	N	%
SI	12	9.2
NO	118	90.8
TOTAL	130	100

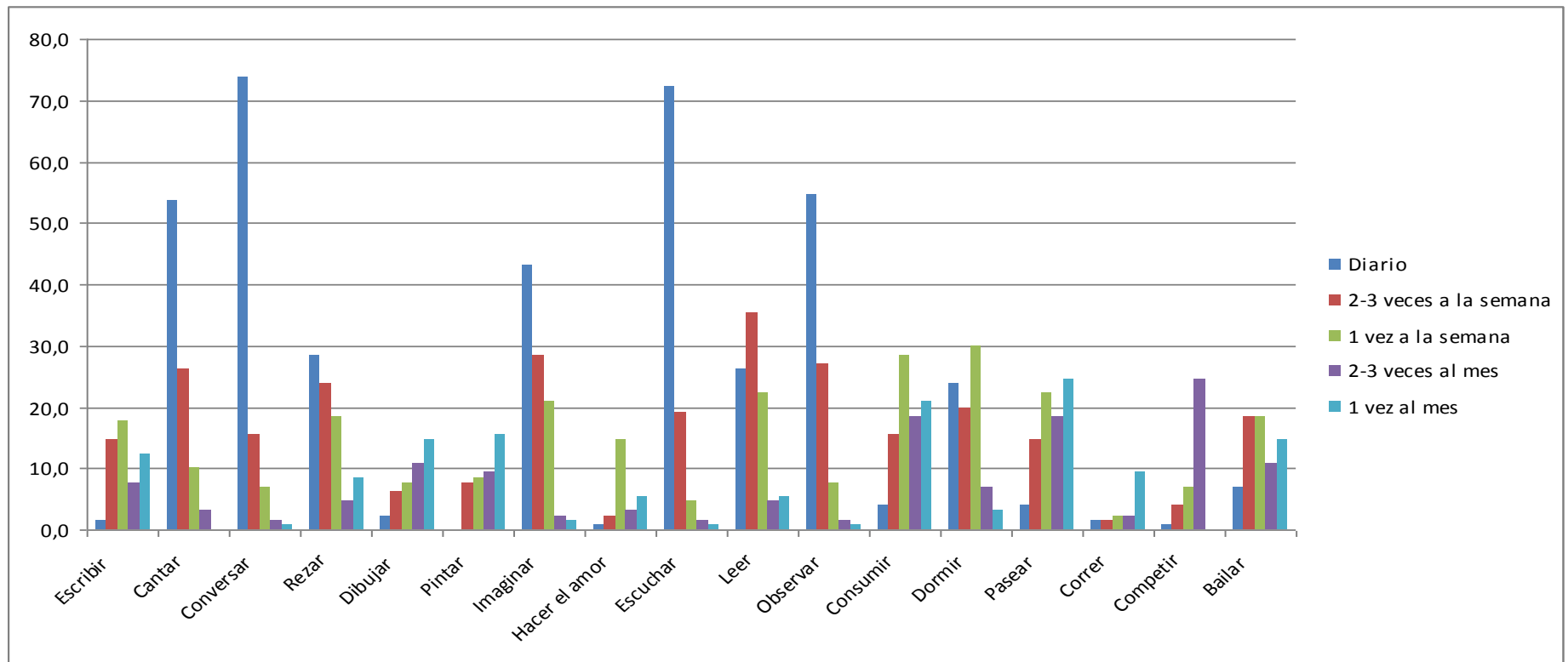
Fuente: Encuesta realizada en los estudiantes de Enfermería de la UNMSM 2010

ANEXO J

FRECUENCIA DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS COTIDIANAS DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS

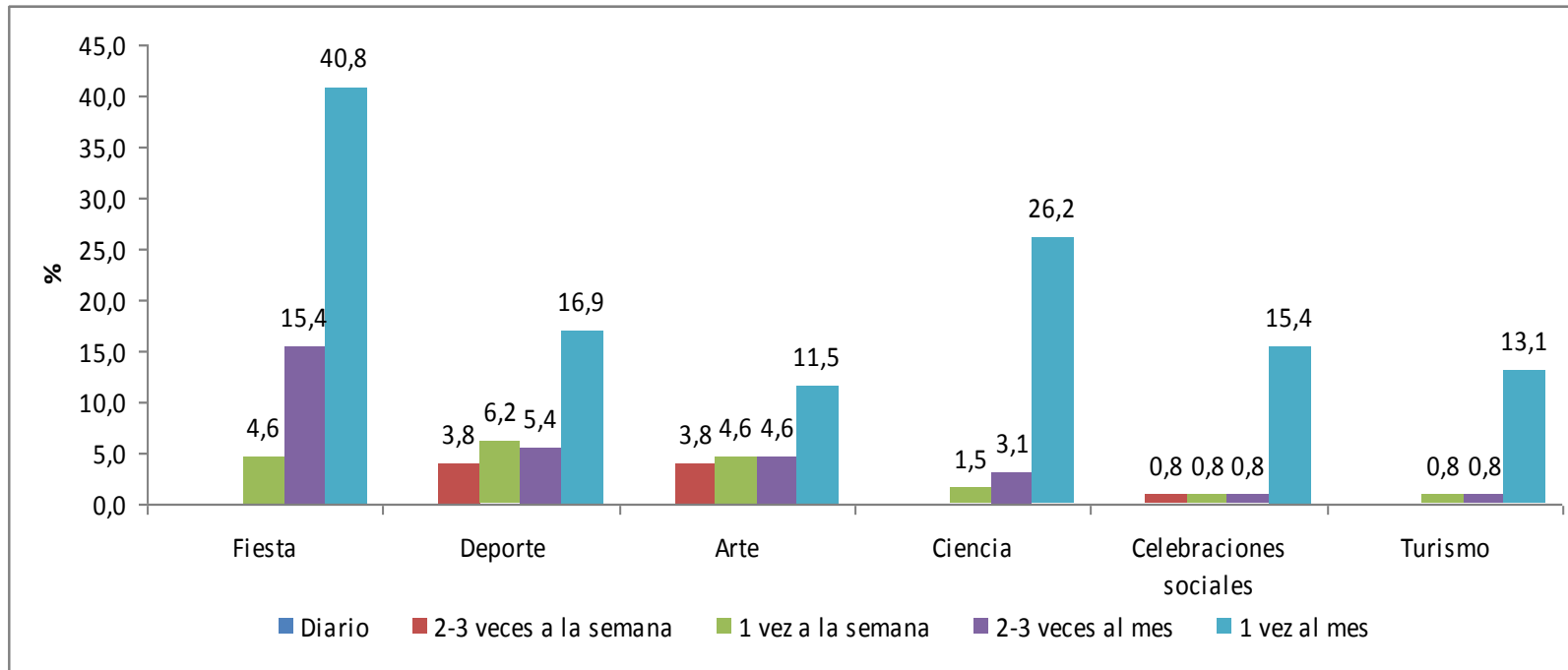
LIMA-PERÚ

2010



ANEXO K

FRECUENCIA DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS EXTRAORDINARIAS DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS LIMA-PERÚ 2010

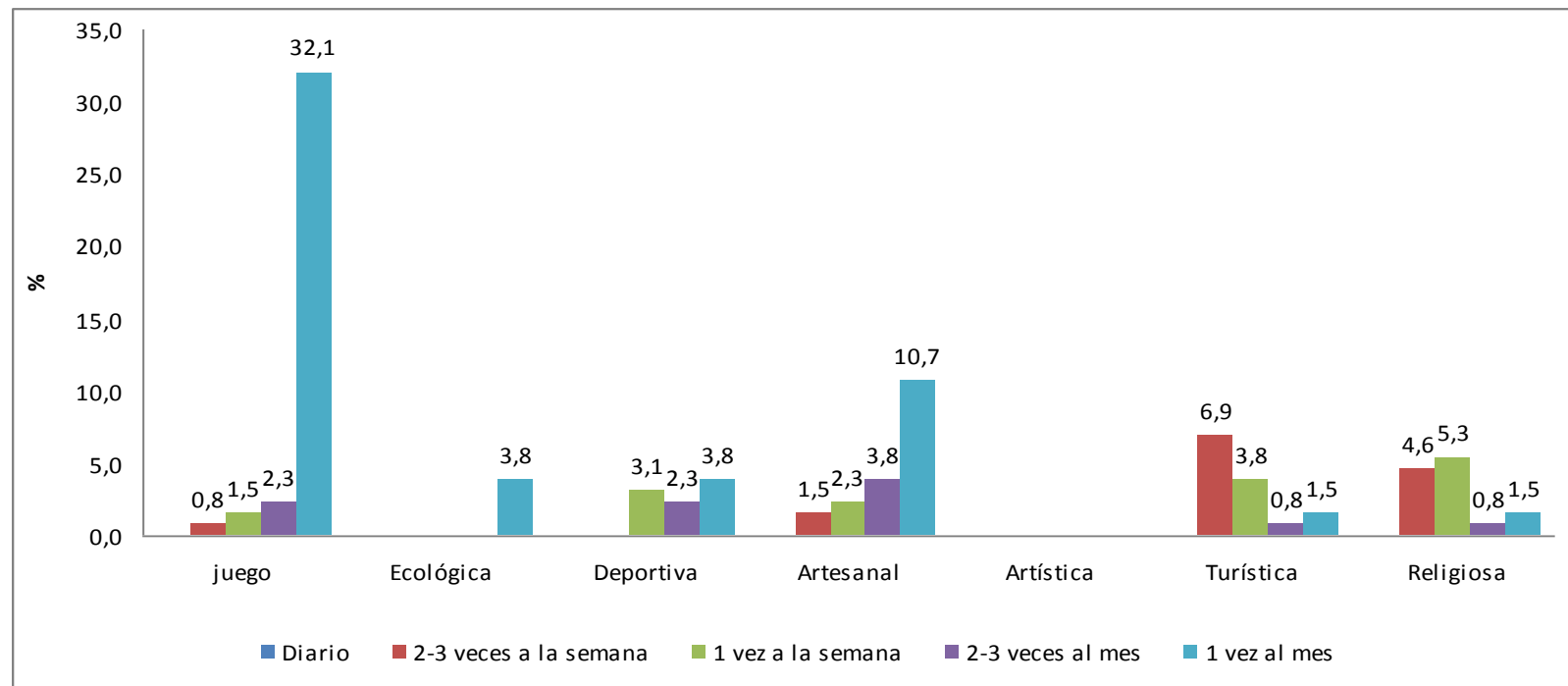


ANEXO L

FRECUENCIA DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS DIRIGIDAS DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS

LIMA-PERÚ

2010



ANEXO M

ACTIVIDADES RECREATIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS SEGÚN SU ESTADO LABORAL LIMA-PERÚ 2010

